



Natura în sprijinul luptătorului



Mănu

Pentru patria noastră,
Republica Socialistă România !

NATURA

IN SPRIJINUL LUPĂTORULUI

Editura M.F.A. 1970

Operațiile tehnic-editoriale
au fost executate
de către editura militară

Experiența celor două războaie mondiale a demonstrat că un număr apreciabil de militari și grupuri de militari — datorită situațiilor extreme de variate și complexe ale cimpului de luptă — pot fi puși în situația dificilă de a-și asigura existența pe o anumită perioadă de timp folosindu-se numai de condițiile existente în mediul inconjurător.

Rezolvarea unor probleme vitale pentru organism, ca de exemplu : hrănirea, odihna, protecția împotriva frigului sau a căldurilor excesive, tratarea unor boli etc. — în condițiile lipsei oricărui ajutor din partea trupelor proprii și a populației civile —, este o problemă deosebit de importantă. De modul cum militarii puși în astfel de situații știu să-și asigure existența pe cont propriu, depind îndeplinirea misiunilor primite, iar, uneori, recuperarea și reîncadrarea acestora în rândurile luptătorilor.

În prezenta lucrare sînt explicate, sub o formă accesibilă, principalele cunoștințe ce se cer militarilor de toate gradele pentru a putea să supraviețuiască în timp de război, în eventualități

tatea că ar ajunge în situații deosebite privind asigurarea existenței.

Militarii din toate armele — îndeosebi cei care prin specific îndeplinesc și misiuni cu caracter de independență (cercetare, transmisiuni, aviație, marină etc.) — sînt datori să-și însușească cunoștințele din prezenta lucrare și atît pe timpul aplicațiilor, cît și în alte ocazii să le aplice în mod creator pentru a putea face față eventualelor situații reale.

PRINCIPII GENERALE DE SUPRAVIEȚUIRE

Se apreciază că un viitor război va fi dus cu forțe armate numeroase, pe spații mari și va necesita mobilizarea maximă a întregului potențial material și uman al țărilor participante. În războiul modern victoria asupra inamicului poate fi obținută numai prin acțiunile comune ale tuturor categoriilor de forțe armate. În cazul unui război nuclear mijloacele principale de nimicire vor fi armele nucleară, chimică și bacteriologică.

Desfășurarea acțiunilor militare într-un ritm rapid și pe spații imense, dispersarea la teren a trupelor din toate armele, trecerea în timp scurt de la o formă de luptă (operație) la alta, necesitatea desfășurării unor acțiuni în adîncimea dispozitivului inamicului sînt numai cîteva din trăsăturile caracteristice ale luptei și operației moderne care favorizează izolarea neprevăzută a unor militari sau grupuri de militari față de subunitățile și unitățile din care fac parte.

În primul și în cel de-al doilea război mondial situațiile de izolare neprevăzută a unor militari au fost frecvente și foarte variate: rătăciți, încercuiți, naufragiați, evadați din lagăre, ieșiți din încercuire, prelungirea duratei de rămînere în adîncimea dis-

pozitivului inamicului etc. De asemenea, durata de izolare a acestora a fost diferită : începînd cu cîteva ore, pînă la cîteva luni.

Este de la sine înţeles că în toate aceste perioade militarii sau grupurile de militari izolate trebuie să rezolve pe cont propriu hrănirea, odihna, prevenirea îmbolnăvirilor etc.

Modul de asigurare a existenţei în condiţiile lipsei oricărui ajutor din partea trupelor proprii sau a populaţiei civile poartă denumirea de **supravieţuire**.

Prin supravieţuire se înţelege deci **totalitatea acţiunilor întreprinse de un militar sau grup de militari pentru menţinerea pe cont propriu a capacităţii de luptă pînă la îndeplinirea misiunilor şi revenirea în cadrul subunităţii din care face parte.**

Unele cunoştinţe şi deprinderi specifice supravieţuirii sînt aplicate cu mult succes şi în timp de pace de către militarii şi subunităţile din toate armele, inclusiv de populaţia civilă, prin folosirea resurselor locale, în rezolvarea unor nevoi prevăzute sau neprevăzute : amenajarea unei adăpostiri, aprinderea focului, amenajarea unui izvor, vînatul, pescuitul, conservarea diferitelor produse, bandajarea unei răni, oprirea unei hemoragii etc.

Cunoştinţele şi deprinderile în acest domeniu, cîpătate de orice persoană, reprezintă o garanţie în plus că ea va fi în măsură să-şi satisfacă nevoile cu mai multă uşurinţă în condiţii reale de supravieţuire.

■

Situaţiile extrem de variate şi complexe, în care se pot găsi militarii izolaţi sau grupurile de militari

nevoiţi a-şi asigura existenţa pe cont propriu, nu permit stabilirea unor soluţii precise referitoare la supravieţuire. Ca în oricare altă situaţie de campanie, metodele şi procedeele de supravieţuire trebuie aplicate ţinîndu-se seama de împrejurările care determină trecerea la supravieţuire şi de condiţiile concrete din zonă : situaţia inamicului şi a trupelor proprii, condiţiile de teren şi de stare a vremii, atitudinea populaţiei civile din zonă, anotimp, resursele locale de existenţă etc.

Există totuşi unele cerinţe specifice care vor trebui respectate de toţi militarii ajunşi în situaţia de supravieţuire, dintre care cele mai importante sînt :

Îndeplinirea misiunilor de luptă cu orice preţ

Pot fi situaţii cînd militarul este nevoit să-şi asigure existenţa pe cont propriu înainte ca el să-şi fi îndeplinit misiunile de luptă. În astfel de situaţii militarul este obligat să-şi îndeplinească întocmai şi la timp misiunile de luptă, dînd dovadă de mult patriotism, iniţiativă, fermitate, curaj şi disciplină militară. Nu poate exista nici un motiv care să justifice întreruperea sau încetarea fără ordin a îndeplinirii misiunilor de luptă încredinţate.

În cazul cînd militarul s-a rătăcit de subunitate, el trebuie să facă tot posibilul pentru a o găsi în timpul cel mai scurt posibil şi pentru a continua îndeplinirea misiunilor în cadrul acesteia.

Cunoașterea situației inamicului și a populației civile din raion

Militarul ajuns în situația de supraviețuire trebuie să facă tot posibilul pentru a cunoaște unele date mai importante despre inamic și populația civilă din raion, dintre care amintim :

— unde se găsesc elementele inamicului cele mai apropiate :

— natura acestora (rezerve, elemente de pază, de siguranță sau de îndrumare a circulației etc.) ;

— din ce armată fac parte ;

— ce activitate desfășoară ;

— care sînt posibilitățile acestora de a descoperi pe supraviețuitor ;

— dacă în raion există populație civilă și atitudinea acesteia față de trupele proprii și inamice ;

— direcțiile sau raioanele frecventate de către elementele inamice și populația civilă etc.

Aceste date vor fi de mare folos supraviețuitorului, deoarece în funcție de ele își va putea stabili un plan de acțiune bazat pe date reale, privind posibilitățile de descoperire pe care le au inamicul și populația civilă și, atunci cînd situația impune, de îndeplinire a misiunilor de luptă.

Mentținerea în permanență a unui moral ridicat

Experiența militarilor, care în diferite campanii au ajuns în situația de a-și asigura existența pe cont propriu, a demonstrat că supraviețuirea este în primul rînd o problemă de ordin moral, în care lupta pentru existență și pentru ieșirea din această situa-

ție joacă un rol hotărîtor. În mod frecvent, militarii ajunși în situație de supraviețuire sînt supuși unor șocuri nervoase sau unor emoții deosebite, datorită fricii, panicii, desperării și uneori singurătății îndelungate. La unii militari, șocurile nervoase pot fi agravate din cauza rănilor, oboselii, foamei, lipsei de apă etc.

De subliniat faptul că pentru militarii care nu au fost pregătiți din punct de vedere moral și care nu au cunoscut procedeele de supraviețuire șansele de a scăpa au fost destul de reduse. Din contră, militarii care au dovedit încredere în forțele lor, cunoștințe în acest domeniu, calm și rațiune au rezolvat cu succes situațiile cele mai dificile, ieșind astfel victorioși în lupta pentru asigurarea existenței.

De exemplu, în situația cînd pe timpul acțiunilor în adîncimea dispozitivului inamicului, militarul s-a rătăcit de subunitate, el nu trebuie să intre în panică ; mai întîi va trebui să se adăpostească, să respire adînc pînă se calmează, după care să-și clarifice situația (unde se află, unde se găsește inamicul, unde s-a pierdut de tovarășii săi, către ce punct se deplasau el, cum trebuie să se deplaseze pînă în punctul respectiv, fără a fi descoperit etc.) și numai după aceea să treacă la acțiunea de căutare. Există în astfel de situații pericolul grabei și al nerăbdării în acțiune, care conține în sine riscul de a ajunge într-o situație și mai grea (capturarea, urmărirea de către inamic) și care poate duce la rătăcirea definitivă față de subunitate etc. Moralul ridicat, calmul și rațiunea sînt factorii de bază care permit supraviețuitorului să rezolve situațiile cele mai grele — situații care uneori par chiar imposibile —, să nu-și

piardă speranța de a regăsi pe tovarășii de care s-a rătăcit și, în final, să se întoarcă sănătos în dispozitivul trupelor proprii.

Respectarea cu grijă a regulilor igienei corporale și a sănătății

În condiții de pace sau de război fiecare om ține la sănătatea lui și luptă pe toate căile pentru a o menține. În condiții de supraviețuire, această problemă capătă o importanță capitală, determinată în primul rând de faptul că în condițiile supraviețuirii nu există la dispoziție medici, medicamente, condiții de tratare sau alte posibilități de restabilire a sănătății organismului în timp scurt. În afară de acestea, se știe că, de regulă, bolnavul are un organism slăbit, se enervează ușor, se demoralizează treptat și în unele cazuri pierde încrederea în forțele sale, mergând pînă la renunțarea de a mai lupta pentru supraviețuire.

Dimpotrivă, militarul sănătos nu va fi preocupat de metodele de însănătoșire a organismului, avînd astfel posibilitatea de a se ocupa în principal de îndeplinirea misiunilor și de celelalte probleme, capacitatea lui de acțiune putînd fi cea obișnuită.

Iată de ce fiecare militar trebuie să se preocupe în mod deosebit de păstrarea sănătății în orice situație indiferent de greutățile și de lipsurile pe care le întîmpină, ținînd seama de următorul principiu care se păstrează din vechime și care conține mult adevăr : „este mult mai ușor să-ți păstrezi sănătatea decît să o redobîndești după ce ai pierdut-o“.

Cel mai mare pericol pentru sănătatea organismului în condiții de supraviețuire îl constituie nutriția slabă, extenuarea fizică, lipsa de îngrijire medicală, condițiile slabe de igienă etc.

Acest pericol poate fi prevenit încă din timp de pace prin călirea fizică a organismului, prin exerciții fizice intense, antrenamente etc., precum și prin însușirea și aplicarea regulilor sanitare ce se predau în timpul instruirii.

În condiții de supraviețuire acest pericol poate fi preîntîmpinat prin odihna organismului, cît de cît organizată, prin prepararea unei hrane cît mai corespunzătoare, prin luarea unor măsuri severe de igienă personală, prin respectarea regulilor sanitare etc. Pentru aceasta, fiecare militar trebuie să învețe metodele de prevenire a bolilor și de îngrijire medicală în condiții de supraviețuire, metode care în practică s-au dovedit destul de simple și eficiente, avînd în vedere faptul că în condiții de supraviețuire aproape în toate situațiile se aplică principiul : „fiecare militar este medicul său și al tovarășilor din jurul lui“.

Păstrarea cu grijă a obiectelor și a materialelor folosite

De regulă, în momentul trecerii la asigurarea existenței pe cont propriu, militarul dispune de: armament, muniții, pumnal, echipament, alimente, medicamente etc. El poate să dispună și de alte obiecte și materiale care-i vor servi la nevoie : hartă, creioane, briceag, sîrmă, sfoară, lame de ras, ace, ață etc.

pentru a se reîntoarce la trupele proprii. Dacă acest lucru nu a fost posibil și militarul a fost luat prizonier, el trebuie să întrebuințeze toate mijloacele și posibilitățile pentru a evada și a reveni în dispozitivul trupelor proprii sau a-și continua misiunile de luptă.

Pe tot timpul prizonieratului orice militar trebuie să-și păstreze onoarea și demnitatea de militar; să păstreze cu strictețe secretul militar și de stat, respingând cu hotărîre orice încercare a inamicului de a-l folosi sub vreo formă împotriva intereselor patriei noastre. Întrucît condițiile de prizonierat sînt în general deosebit de grele în ce privește asigurarea existenței, fiecare militar trebuie să lupte pe toate căile pentru a-și menține sănătatea și robustețea fizică, pentru a păstra echipamentul și toate celelalte materiale care îi pot servi pentru supraviețuirea în condiții de prizonierat și în final pentru evadare și pentru reîntoarcerea în cadrul trupelor proprii. Pentru a putea face față tuturor situațiilor, militarii trebuie să aplice în mod creator — în funcție de condițiile concrete — regulile și principiile de supraviețuire.

●

În afară de cele arătate, în cazul trecerii la aplicarea metodelor de supraviețuire în grup se impune respectarea următoarelor cerințe mai importante:

Militarul cel mai mare sau mai vechi în grad să ia neîntîrziat comanda grupului de militari

Toți militarii trebuie să fie pe deplin conștienți că și în situațiile de supraviețuire, cînd nu există un

comandant titular, unul dintre ei trebuie să ia comanda pentru a se putea realiza o comandă unică, o unitate de voință și de acțiune. Numai în acest fel grupul de militari va fi în măsură să rezolve problemele deosebit de complexe ale supraviețuirii, indiferent de acțiunile ce urmează să se desfășoare.

Menținerea disciplinei militare, a coeziunii și a spiritului de ajutor reciproc

Aceasta este una din cele mai importante cerințe ale supraviețuirii în grup.

Experiența a demonstrat că în condiții de supraviețuire se conturează cu mai multă claritate calitățile pozitive și negative ale oamenilor. Unii militari pot deveni mai curajoși, dinamici, perseverenți și mai apropiați de colectiv etc. Dimpotrivă, alții pot da dovadă de mai multă frică, pasivitate, descurajare etc., ajungînd chiar la posibilitatea răspîndirii panicii în cadrul subunității.

De aceea, în atenția tuturor militarilor trebuie să stea în permanență necesitatea desfășurării unei munci eficiente de educație, în scopul întăririi disciplinei militare, a coeziunii, a spiritului de ajutor reciproc etc., chiar în condițiile deosebit de grele în care s-ar putea afla grupul respectiv de militari.

Organizarea judicioasă a activității în cadrul grupului de militari

Din experiență a rezultat că supraviețuirea în grup prezintă unele avantaje în comparație cu cea individuală. Aceste avantaje se referă în primul rînd

la faptul că în cadrul unui grup se poate organiza o activitate mai eficientă, dispăre singurătatea apăsătoare, iar problemele de asigurare a existenței se pot rezolva cu mai multă ușurință.

Încă de la începutul supraviețuirii, comandantul subunității trebuie să împartă sarcinile ce revin fiecărui om. Aceste sarcini vor fi împărțite în funcție de calificarea și de talentul fiecăruia. De exemplu, militarii care se pricep la vânătoare și pescuit vor răspunde de satisfacerea acestor nevoi; cei care se pricep la croitorie sau cizmărie vor răspunde de repararea echipamentului, iar militarii care cunosc limba inamicului sau a populației civile din zonă se vor ocupa în principal de procurarea de informații etc.

Răspunderea principală pentru fiecare om și pentru reușita fiecărei acțiuni revine comandantului. Acesta trebuie să dea dovadă în permanență de multă hotărâre, de curaj și de stăpânire de sine. De asemenea trebuie să fie autoritar față de restul militarilor, fără însă ca aceasta să-l îndepărteze de ei, trebuie să aprecieze repede situația, să organizeze și să conducă cu siguranță acțiunile, chiar în împrejurările cele mai grele etc.

●

Militarii care sînt nevoiți să aplice metodele specifice supraviețuirii se găsesc de regulă într-o situație critică. De cele mai multe ori situația critică a acestora constă în imposibilitatea de a primi ajutor din partea trupelor proprii. În asemenea condiții, supraviețuitorii sînt obligați să-și îndeplinească misiunile primite sau să-și mențină capacitatea de luptă — pînă la revenirea în cadrul trupelor proprii,

învingînd frica, oboseala, suferința, foamea și alte privațiuni impuse de situațiile concrete în care se găsesc.

Toate greutățile și riscurile vor putea fi suportate cu mai multă ușurință de către militarii căliți fizicește, care au un moral ridicat și cunosc procedeele de supraviețuire, cu alte cuvinte de către militarii care sînt pregătiți pe această linie.

Pregătirea militarilor în domeniul supraviețuirii trebuie să se facă încă din timp de pace, îndeosebi pe timpul aplicațiilor tactice, cînd se pot verifica și însuși în mod practic diferite metode și procedee. De asemenea prezintă o importanță deosebită aplicarea unor procedee rezultate din experiența acumulată în decursul anilor, în cadrul preocupărilor cotidiene: crearea unor adăposturi, vînatul, pescuitul, prepararea hranei, procurarea apei de băut, repararea echipamentului etc.

Însușirea metodelor și a procedeelelor de supraviețuire, precum și dezvoltarea unui raționament logic, a iscusinței și a unei voințe ferme asigură oricărui militar condițiile fizice și psihice de a putea face față chiar celor mai complexe situații.

În cuprinsul lucrării sînt explicate pe înțelesul tuturor militarilor cele mai importante procedee de asigurare a existenței de către militarii izolați, precum și în cadrul grupurilor de militari, în diferite zone și anotimpuri, prin folosirea resurselor din zona în care acționează.

II

NOȚIUNI GENERALE DESPRE FACTORII ATMOSFERICI; INFLUENȚA ACESTORA ASUPRA CONDIȚIILOR DE SUPRAVIEȚUIRE

În toate domeniile de activitate se constată influența pozitivă sau negativă a factorilor atmosferici: temperatura aerului, ceața, vânturile, ploile, zăpezile etc.

Încă înainte de cunoașterea legilor naturii omul și-a îndreptat atenția asupra fenomenelor atmosferice care îl impresionau plăcut sau îl îngrozeau. Acest lucru a contribuit la dezvoltarea treptată a meteorologiei ca știință. În prezent datele meteorologice sînt cunoscute și utilizate tot mai mult de către oameni, în toate domeniile de activitate.

Pentru militarii din toate armele se impune cunoașterea celor mai importante aspecte privitoare la factorii atmosferici, pentru ca ei să-și poată organiza și desfășura acțiunile pe baze reale.

În condițiile supraviețuirii starea timpului este unul din factorii cei mai importanți, de care în mod obligatoriu trebuie să se țină seamă. Unele fenomene meteorologice cum sînt: ploaia, furtuna, gerul, zăpada etc. îngreuiază mult deplasarea, orientarea, procurarea hranei, amenajarea adăposturilor, aprinderea focului etc., avînd totodată unele efecte nocive asupra sănătății supraviețuitorului.

Pentru a veni în ajutorul militarilor pe această linie, în cele ce urmează se prezintă unele date folosite pentru supraviețuitorului în analiza timpului probabil.

1. STRUCTURA ATMOSFEREI

Îvelișul gazos al Pămîntului — atmosfera — reprezintă un amestec de gaze, vapori de apă și particule solide ca: praf, fum, substanțe chimice, microorganisme etc., care se găsesc în suspensie la diferite înălțimi. Fără atmosferă n-ar fi existat și nu s-ar fi dezvoltat viața pe Pămînt.

În atmosferă se formează norii, ploaia, vîntul, zăpada, grindina etc., fenomene a căror cunoaștere prezintă o mare însemnătate în condițiile supraviețuirii.

Atmosfera este limitată în partea inferioară de suprafața terestră; partea ei superioară se pierde treptat în spațiul cosmic. Cercetările au stabilit că atmosfera este încă destul de densă pînă la o înălțime de 80 km.

Atmosfera Pămîntului, îndeosebi în partea ei inferioară, este alcătuită din mai multe straturi suprapuse concentrice, cu proprietăți fizice și chimice deosebite (fig. II.1). Între aceste straturi nu sînt limite fixe.

a) Troposfera

Troposfera este stratul atmosferei care vine în contact direct cu Pămîntul. Acest strat gazos are o grosime cuprinsă între 6 și 18 km (în zona ecuatorială

este de 16-18 km, în zonele temperate — de 10-12 km, iar în regiunile polare — de 6-8 km).

Troposfera este stratul cel mai însemnat al atmosferei, deoarece aici au loc toate fenomenele care interesează viața : variațiile de temperatură, vânturile, norii, precipitațiile etc.

O particularitate importantă a troposferei o constituie scăderea temperaturii la înălțime, în procent de 6,5 grade pentru fiecare kilometru ; de asemenea, troposfera cuprinde patru cincimi din masa întregii atmosfere și conține aproape întreaga cantitate a vaporilor de apă din aceasta.

b) Stratosfera

Stratosfera este al doilea strat principal al atmosferei ; ea începe de la limita superioară a troposferei și se întinde până la aproximativ 80 km.

O caracteristică a acestui strat este aceea că temperatura aerului în general nu variază în funcție de înălțime, ci are o valoare constantă ; vaporii de apă se află într-o cantitate foarte mică, iar deplasările de aer se fac numai orizontal.

c) Ionosfera

Ionosfera este stratul superior al atmosferei și începe de la limita superioară a stratosferei.

În ionosferă există particule încărcate cu electricitate pozitivă sau negativă. Aici au loc cunoscutele aurore polare.

2. MIȘCĂRILE ATMOSFEREI

a) Presiunea aerului

Presiunea atmosferică (greutatea cu care apasă aerul asupra Pământului) este unul dintre cele mai importante elemente meteorologice, deoarece de variațiile ei depind procesele mai importante din atmosferă.

Presiunea atmosferică variază în funcție de altitudine (cu cât urcăm în atmosferă, cu atât puterea de acțiune a Pământului scade și, ca urmare, aerul devine mai ușor) și de starea de căldură sau de răceală a aerului.

Presiunea atmosferică este schimbătoare la suprafața Pământului. Variațiile presiunii atmosferice au ca rol principal în mișcările aerului. Aceste variații se produc în raport cu cele ale temperaturii : când temperatura aerului crește, cu atât presiunea atmosferică scade și invers.

b) Temperatura aerului

Căldura solară reprezintă sursa principală de încălzire a suprafeței globului pământesc.

Atmosfera nu se poate încălzi direct de la Soare (deoarece este o masă gazoasă transparentă), ci numai prin căldura care ajunge la suprafața Pământului. Pe scurt, fenomenul se produce astfel :

Căldura solară, ajungând pe Pământ, este înmădușită de scoarța acestuia, după care este radiată în atmosferă, încălzind-o de jos în sus. Cantitatea de căldură solară ajunsă la suprafața Pământului depinde de înclinarea razelor, de gradul de transparență și de grosimea păturii de aer străbătute.

Starea de căldură și de răceală a aerului este diferită pe întinsul globului pământesc ca urmare a formei și mișcărilor Pământului, repartiției continentelor și oceanelor, formelor de relief, naturii solului, vegetației, zăpezii, curenților etc. Curenții marini reci și calzi, cîmpurile vaste de ghețari din mările arctice exercită și ele o anumită influență asupra circulației maselor de aer în atmosferă.

Un alt factor care influențează temperatura aerului la suprafața Pământului este amestecul orizontal și vertical al aerului. Schimbul orizontal se realizează prin deplasarea maselor de aer, deplasare generată de sistemul curenților. Dacă într-o regiune oarecare pătrunde aer rece, atunci temperatura scade. În mod analog se petrece și cu aerul cald.

Schimbul orizontal al maselor de aer micșorează diferențele de temperatură dintre latitudini. Schimbul vertical din atmosferă duce la nivelarea distribuției căldurii pe verticală. Din această cauză încălzirea suprafeței solului prin schimbul vertical al maselor de aer duce la încălzirea stratului de aer din imediata apropiere a solului, iar răcirea suprafeței solului duce la scăderea temperaturii.

3. VINTURILE

În troposferă sînt foarte rare situațiile cînd aerul este liniștit. Aerul atmosferic se găsește aproape într-o continuă mișcare, atît în plan orizontal, cît și vertical.

Datorită încălzirii inegale a suprafeței Pământului, masele de aer care vin în contact cu aceasta sînt

într-o mișcare continuă, dînd naștere la vînturi (fig. II.2).

Vîntul ia naștere acolo unde se creează o diferență de presiune între masele de aer învecinate. Acolo unde prin încălzire aerul se ridică în sus, se formează un centru de presiune minimă, iar unde aerul se răcește, el se îndesește, devine mai greu și se formează un centru de presiune maximă.

În atmosferă aceste centre nu pot fi permanente. Dacă într-o regiune de pe suprafața Pământului presiunea crește sau scade, atunci aerul pornește din centrul cu presiune ridicată spre cel cu presiune scăzută, adică de la centrul de maximă presiune la cel de minimă presiune.

Teritoriul patriei noastre, situat în sud-estul Europei, între $43^{\circ}37'07''$ și $48^{\circ}15'06''$ latitudine nordică și $26^{\circ}15'44''$ și $29^{\circ}41'24''$ longitudine estică, intră în categoria țărilor cu vînturi neregulate.

Vînturile neregulate sînt cele care bat din diferite direcții și cu intermitență; uneori abia sînt percepute, alteori se transformă în furtuni. Ele sînt de două feluri: calde și reci.

Vînturile calde pot fi amintite: foenul sau foehnul, care se formează în regiunile cu munți înalți (Alpi, Caucaz, Munții Stîncoși).

Vînturile reci mai cunoscute sînt: mistralul, care bate din sudul Franței; bora, care coboară de pe țările balcanice al R. S. F. Iugoslavia spre Marea Adriatică; bura, care bate în părțile centrale și de sud ale URSS, precum și în țara noastră. Vînturile reci se formează în principiu iarna și primăvara, cînd densupra Mării Mediterane se creează o zonă de minimă presiune.

Cele mai cunoscute vânturi care bat în țara noastră sînt :

a) **Crivățul** bate dinspre nord-est, în special iarna. El ia naștere datorită localizării unui centru de maximă presiune în nordul U.R.S.S. și a unuia de minimă presiune în Marea Mediterană. Este un vînt rece și uscat. Cîteodată este atît de violent, încît produce distrugerii: răstoarnă copaci, descoperă case, distruge instalații de telecomunicații etc. Cînd crivățul bate iarna temperatura coboară brusc, spulberă zăpada, troienind-o în adăposturi, lăsînd astfel semănăturile de toamnă pradă gerului, pe care tot el îl aduce din nordul înghețat. Cînd bate vara aduce mase de aer cald din stepile U.R.S.S.

b) **Anstrul** bate în direcția opusă, adică dinspre sud-vest, în toate anotimpurile. Este un vînt uscat. Iarna aduce ger, iar vara căldură și secetă. Bate mai frecvent în Banat și Oltenia, dar nici celelalte regiuni ale țării nu sînt ferite de el.

c) **Bălărețul** bate de la sud, dinspre Peninsula Balcanică, trecînd peste bălțile Dunării, de la care și-a luat numele. E un vînt domol și calduș. Adesea aduce ploaie.

d) **Coșava** este un vînt rece și uscat; coboară din munții Iugoslaviei către Dunăre și Banat. Adesea este atît de puternic, încît răstoarnă totul în calea lui. Locuitorii se ascund în adăposturi cînd îl simt că se apropie. Este un vînt care produce mari pagube.

e) **Vîntul mare** este un fel de „foen (föhn) românesc“. El bate peste culmile Carpaților Meridionali și coboară în depresiunile de sub munte (Hațeg, Secaș, Cibin și Făgăraș). În drumul său spre Valea

Oltului și a Mureșului se încălzește, topind zăpada; umflă apele Oltului, Mureșului și ale afluenților lor și aduce primăvara mai devreme. Acest vînt este denumit de localnici „Ciobanul“ sau „Mîncătorul de zăpadă“. Uneori este foarte violent, doborînd chiar copacii.

f) **Vîntul negru** bate în Dobrogea de sud. Este un vînt fierbinte și uscat, foarte dăunător culturilor.

g) **Nemira** este cunoscut în Transilvania de răsărit mai ales în depresiunea Birsei. Acesta este de fapt o parte din Crivăț care pătrunde pe lîngă muntele Nemira.

h) **Brizele** sînt vînturi cu periodicitate zilnică. Ele bat pe țărmul Mării Negre. Ziua aerul răcoros al mării pătrunde peste uscatul înfierbîntat (briza de zi). Noaptea, uscatul răcindu-se mai repede, vîntul suflă spre mare. Este briza de noapte.

4. CLIMA

Datorită poziției față de principalele componente ale circulației atmosferice (mase de aer est-continentale, vest-oceanice și sud-mediteraneene), precum și complexității reliefului, clima patriei noastre este caracterizată printr-o mare varietate, astfel :

a) **Sectorul cu climă continental-moderată** cuprinde Cîmpia de vest, Piemonturile vestice și Podișul Transilvaniei. Acest sector este acoperit frecvent de mase de aer temperat — maritim și este ferit iarna, într-o oarecare măsură, de invaziile de aer rece continental, oprite în înaintarea lor de obstacolul pe care-l formează munții Carpați. Temperaturi-

le medii anuale ale acestui sector sînt : în Cîmpia de vest 9°C și 15°C ; în Piemonturile vestice — mai moderat decît cele din Cîmpia de vest; în Podișul Transilvaniei 7°C și $9,5^{\circ}\text{C}$.

b) **Sectorul cu climă continentală** cuprinde Cîmpia Română și Dobrogea, cu excepția unei fișii de pe litoral; se află sub influența mai multor tipuri de mase de aer, fapt pentru care specialiștii l-au împărțit în mai multe zone.

c) **Sectorul cu climă litoral-maritimă** corespunde unei fișii late de 15-25 km de-a lungul litoralului Mării Negre și se caracterizează prin întîrzierea fazelor de încălzire și de răcire a aerului și prin variabilitatea precipitațiilor; amplitudinile termice ale sectorului sînt de 22°C și 23°C .

d) **Sectorul cu climă de munte** cuprinde culmile Carpaților și este supus tot timpul anului invaziilor maselor de aer temperat-maritim din vest. În cuprinsul acestui sector se pot deosebi mai multe zone :

Munții mijlocii (Carpații Meridionali — 800-1 900 m și Carpații Orientali — 600-1 700 m) au amplitudini termice medii anuale cuprinse între 18°C și 20°C . Pe versantele acestora cad ploi intermitente de lungă durată. La baza masivelor și culmilor muntoase orientate transversal față de direcția de deplasare a maselor de aer umed (poalele Munților Apuseni, Mehedinților, Carpaților de curbură etc.) apar frecvent fenomenele de föhn (aerul uscat coboară de pe virful munților spre poalele acestora); fenomenele se produc și în depresiunea Făgărașului și a Sibiuului. Ca urmare a diferențelor mari de presiune atmosferică între regiunile joase și cele înalte se pro-

duc uneori vînturi puternice cu caracter local (caracteristice în Bucegi, Harghita, Gurghiu etc.).

Munții înalți (treapta de relief mai înaltă de 1 700-1 900 m) au o climă mai aspră și mai umedă decît cea a treptei precedente, temperatura medie anuală scăzînd sub 0°C , iar amplitudinile termice medii anuale sub 10°C . Anual sînt 250-265 de zile de îngheț, iar zăpada acoperă solul timp de 180-220 de zile pe an.

5. CEAȚA

Ceața se formează prin condensarea vaporilor de apă în imediata apropiere a suprafeței terestre. Datorită faptului că scoarța Pămîntului pierde căldura prin radieră, stratul de jos al aerului, răcindu-se, atrage după sine condensarea vaporilor sub formă de ceață. Ceața se mai formează și în regiunile joase, umăstinoase și acoperite cu o vegetație bogată.

Deoarece cauza principală a formării cețurilor o constituie răcirea aerului, rezultă că datorită variației zilnice a temperaturii ceața este mai densă în orele de dimineață și mai rarefiată în orele de după-amiază.

6. NORII

Norii reprezintă unul dintre cele mai interesante fenomene naturale. Norii, ca și ceața, sînt formați din picături foarte mărunte de apă. Ei iau naștere într-un mod asemănător cu ceața, cu deosebire că se formează la înălțimi mai mare, în atmosferă (fig. II. 3).

Aerul, încălzindu-se la suprafața Pământului, se ridică în atmosferă, se răcește, iar vaporii se condensează, formînd norii. De obicei norii sînt alcătuiți din picături fine de apă, amestecate cu cristale mici de gheață. Ei sînt purtați de vînturi în diferite direcții orizontale și verticale.

Norii sînt exponenții stării prezente a timpului și prevestitorii schimbărilor ulterioare ale acestuia. Ei pot fi urmăriți de supraviețuitori, ca un indiciu local pentru cunoașterea viitoare a timpului.

Sistemul de clasificare internațională a norilor, adoptat de toate țările, se bazează în prezent pe două criterii : înălțime și aspectul lor exterior.

În cadrul acestei clasificări se disting patru categorii principale de nori : Nimbus, Stratus, Cumulus și Cirrus.

a) Norii Nimbus

Norii Nimbus sînt cei care se formează la altitudinile joase (pînă la 700 m), groși și întunecoși, cu forme neregulate ; ei prevestesc furtunile (fig. II. 4)

Norii Nimbus se mai numesc și nori de aversă. Ei formează mase mari de nori, cu dezvoltare verticală puternică, care se înalță sub formă de munți sau turnuri. Aceștia sînt instabili și dau întotdeauna precipitații continue sub formă de ploaie sau ninsoare.

Norii Nimbus au aspectul unei pînze dense și uniforme, prin care nu se observă discul Soarelui și al Lunii. Aceste pîlcuri de nori își schimbă forma continuu și se deplasează haotic.

b) Norii Stratus

Norii Stratus reprezintă un strat de nori destul de dens, asemănător ceții ; ei pot fi găsiți la o altitudine de pînă la 2 km deasupra Pământului (fig. II. 5).

Procesul cel mai important care duce la formarea norilor Stratus este răcirea. Adesea norii Stratus se formează prin ridicarea ceții, o dată cu răsăritul Soarelui.

Norii Stratus se află deasupra norilor Nimbus și au forma unei fișii de voal, de culoare cenușie ; de regulă ei nu dau precipitații ; rareori pot da totuși burniță.

c) Norii Cumulus

Norii Cumulus sînt izolați, cu o dezvoltare pe verticală între 2-4 km. Aceștia au aspectul unor grămezi de vată, cu vîrfurile rotunjite ; uneori se îngrămădesc unii peste alții și au, de regulă, baza aproape plată (fig. II.6).

Norii Cumulus se formează ca urmare a mișcării și încălzirii neregulate a maselor de aer. Deși sînt formați din picături de apă, ei nu dau precipitații.

d) Norii Cirrus

Norii Cirrus sînt izolați, de culoare albă, cu aspecte de fibre, pene sau benzi lungi paralele (fig. II. 7).

Norii Cirrus se găsesc la înălțimile cele mai mari, putîndu-se ridica pînă la 8-10 km. Din cauza înălțimii ei pot fi ușor recunoscuți, deoarece dimineța

sînt iluminați mai înainte, iar seara se pierde în întineric mai tîrziu decît ceilalți nori. La răsăritul și apusul Soarelui norii Cirrus apar colorați în galben sau roșu.

7. UNELE INDICII DE PREVEDERE A TIMPULUI PROBABIL ÎN FUNCȚIE DE FENOMENELE METEOROLOGICE

Fenomenul meteorologic	Timpu probabil
a) După norii aflați la înălțimi mari (8-10 km)	
— Apariția norilor Cirrus; ridicarea acestora la mare altitudine.	In decurs de 6-12 ore vremea se va înrăuți.
— Apariția la orizont a norilor Cirrus; deplasarea acestora din direcția vest către est.	Temperatura va scădea brusc.
— Deplasarea rapidă a norilor Cirrus în direcții diferite.	Temperatura va fi variabilă, favorabilă aversei de ploaie.
— Norii Cirrus se deplasează în direcția inversă a mișcării acelor ceasornicului.	Se apropie frontul atmosferic cu aer rece; de cele mai multe ori urmează grindină sau furtună.
— Norii Cirrus sînt puțin vizibili; cerul este senin.	Vreme frumoasă pentru mai multe zile.
— Deplasarea și răsucirea norilor Cirrus în direcția de mișcare a acelor ceasornicului.	Treptat vremea se ameliorează și se va încălzi (vremei nicle).

Fenomenul meteorologic	Timpu probabil
b) După norii aflați la înălțimi mijlocii (3-6 km)	
— Apariția norilor mici și albi sub forma unei jumătăți de sferă.	Tendință de furtună.
— Apariția norilor mici și albi sub formă de fișii; deplasarea lor rapidă și îngrămădirea acestora, formînd nori mari.	Vremea se înrăutățește
— Apariția norilor sub formă de cristal și transformarea lor în nori denși.	Vremea se înrăutățește; vor apărea precipitații atmosferice (ploaie, zăpadă, ceață).
— Prezența norilor sub formă de cristal, în descreștere.	Vreme frumoasă.
— Apariția norilor sub formă de cristal. Cer albastru închis. Vînt cald din direcția sud. Vizibilitate foarte bună.	Cerul rămîne senin; căldura devine înăbușitoare.
— Prezența norilor mici și albi, sub formă de bucle; îngrămădirea acestora și apoi dispariția lor în timp scurt.	Vremea se menține frumoasă.
c) După norii aflați la înălțimi mici	
— Îngrămădire de nori; stratificarea acestora în plan orizontal, avînd grosimi mici.	Vremea se menține frumoasă.

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
— După o noapte cu luminozitate bună dimineata apare ceața, care apoi se ridică.	Vremea rămâne staționară.
— Îngrămădire de nori, care seara se răspindesc.	Vremea se menține frumoasă.
— Îngrămădire de nori după o vreme neprietnică.	Vremelnic timpul va fi frumos.
— Prezența ceții și a precipitațiilor atmosferice sub formă de ploaie mărunță.	Vremelnic timpul va fi nefavorabil.
— Îngrămădire de nori, care într-un timp scurt se măresc ca volum și formă.	Tendință locală de grindină.
— Puternică îngrămădire de nori sub formă de cupolă.	Furtuna poate să apară într-un timp scurt.
— Puternică îngrămădire de nori negri, sub formă de valuri, care se împrăștie în partea de jos a norilor existenți.	Furtuna va izbucni în rafală, într-un timp scurt.
— Puternică îngrămădire de nori negri, sub formă de valuri, care treptat își schimbă culoarea în galben.	Într-un timp scurt — precipitații atmosferice sub formă de ploaie și grindină.
d) După culoarea cerului	
— Cerul pare albastru închis; norii sînt schimbători și purtați de vînt.	Vremea devine nefavorabilă; este posibilă apariția grindinei.

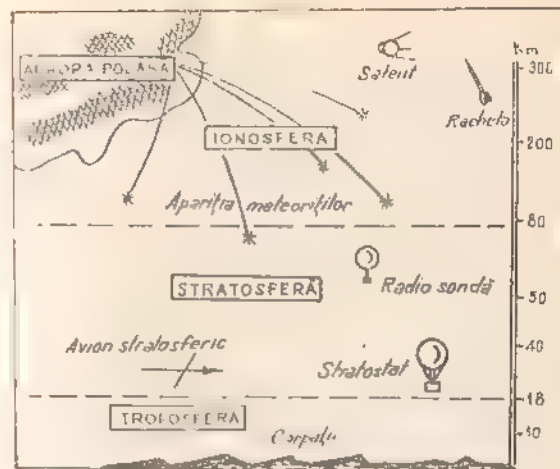


Fig. II.1. Straturile principale ale atmosferei

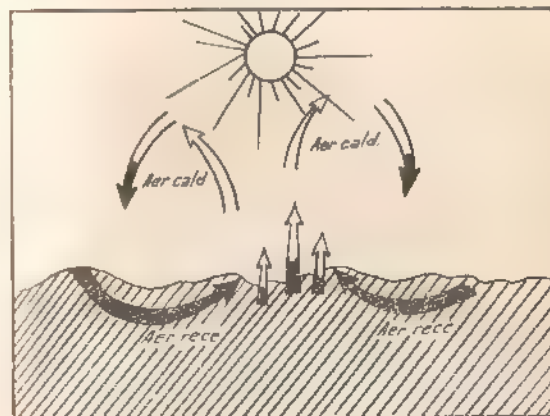


Fig. II.2. Încălzirea aerului și mișcarea lui

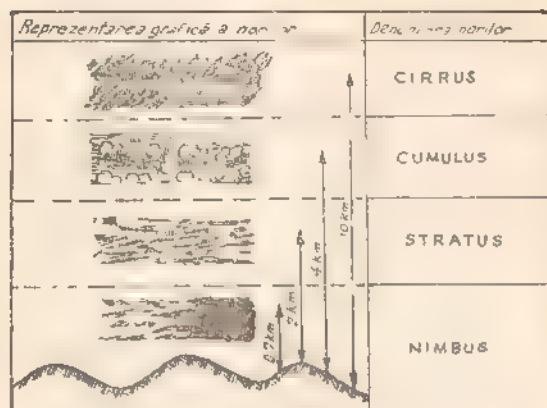


Fig. II. 3. Indicii de recunoaștere a norilor

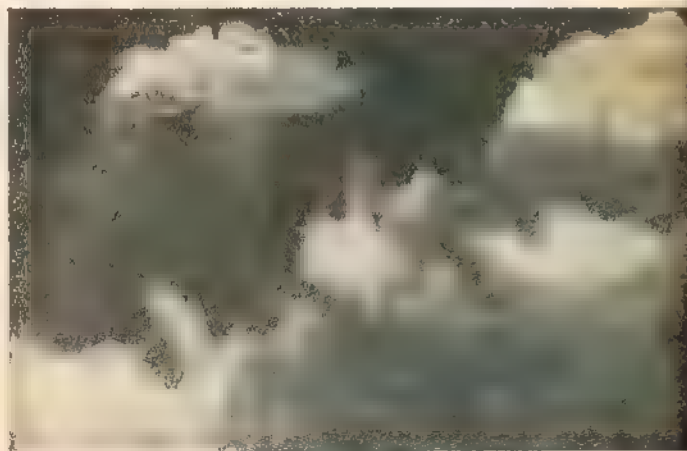


Fig. II. 4. Norii Nimbus

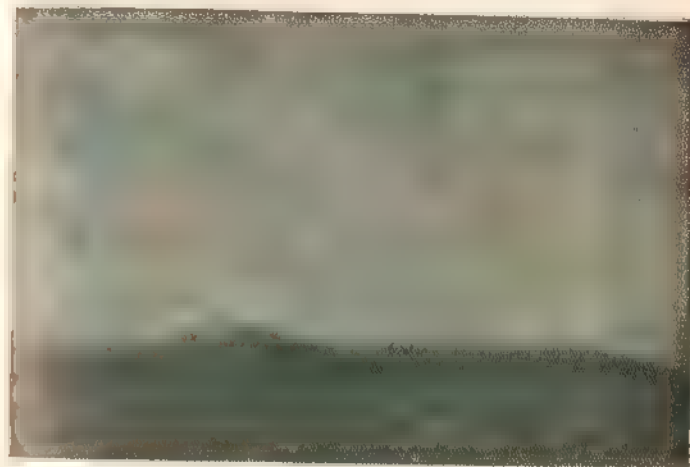


Fig. II. 5. Norii Stratus

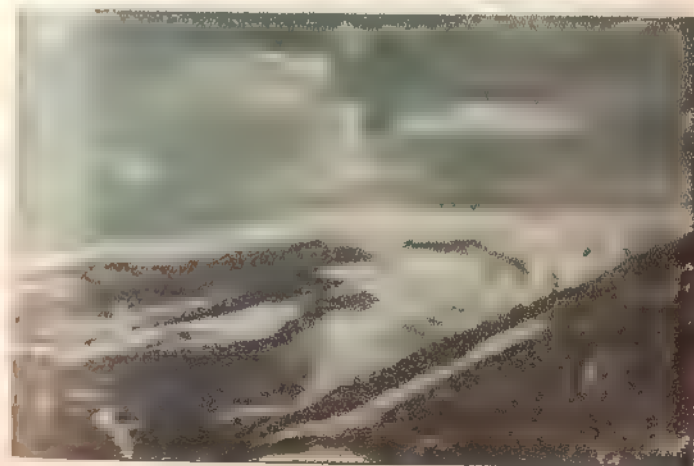


Fig. II. 6. Norii Cumulus

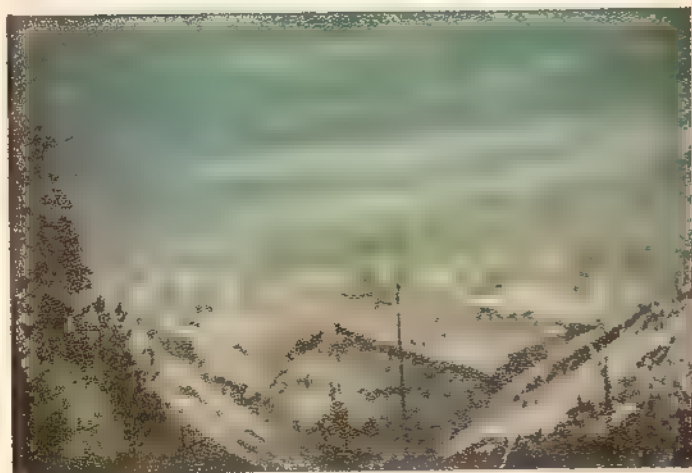


Fig. II. 7. Norii Cirrus

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
<p>Cerul pare albastru închis, cu nori mici și transparenți.</p> <p>La sosirea serii apare pe cer o roșeață obositoare (galben murdar).</p> <p>Prezența culorii roșiatice la răsăritul soarelui și a unor nori izolați, de dimensiuni mici.</p>	<p>Vreme staționară.</p> <p>Încetează vremea nefavorabilă; începe un timp frumos.</p> <p>Vremea va fi frumoasă; local va ploua.</p>
e) După alte fenomene meteorologice	
<p>După o noapte călduroasă, dimineața se semnalează rouă sau brumă.</p> <p>Prezența ceții care acoperă munții și dealurile din apropiere.</p> <p>Vizibilitate foarte bună; nu se semnalează prezența vântului cald și uscat (föhn).</p> <p>Prezența în jurul Soarelui și al Lunii a unor pături atmosferice sub formă de mele.</p> <p>Prezența aureolei în jurul Lunii.</p>	<p>Vremea va fi frumoasă.</p> <p>Vremea va deveni nefavorabilă într-un viitor apropiat.</p> <p>Vremea se va schimba brusc.</p> <p>Vremea nefavorabilă va înceta în maximum 24 ore; va apărea timp frumos.</p> <p>Vremea frumoasă se menține în continuare.</p>

III

PROCEDEE DE ORIENTARE SI DEPLASARE ÎN TEREN NECUNOSCUȚ

UNELE PROCEDEE DE AFLARE A PUNCTELOR CARDINALE

În orice situație militară trebuie să știe să determine punctele cardinale și locul unde se află. În condiții de supraviețuirii militarul se poate găsi în teren necunoscut, de cele mai multe ori fără busolă și fiind obligat să determine punctele cardinale cu ajutorul altor procedee, mai puțin precise decât busola (Steaua Polară, ceasul și Soarele, Luna, acoperișul teren etc.).

În continuare sunt explicate unele procedee de determinare a punctelor cardinale fără întrebuintarea busolei.

Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui

La amiază (la orele 12.00) Soarele se află în direcția sud (fig. III.1).

Umbra detaliilor de planimetrie la ora 12.00 indică direcția nord. Determinarea direcției nord-sud cu ajutorul Soarelui se poate face nu numai la amiază, ci și la alte ore din zi. În decurs de o oră umbra se mișcă cu aproximativ 15° . Ținând seama de acest lucru, pot fi determinate punctele cardinale (fig. III.2).

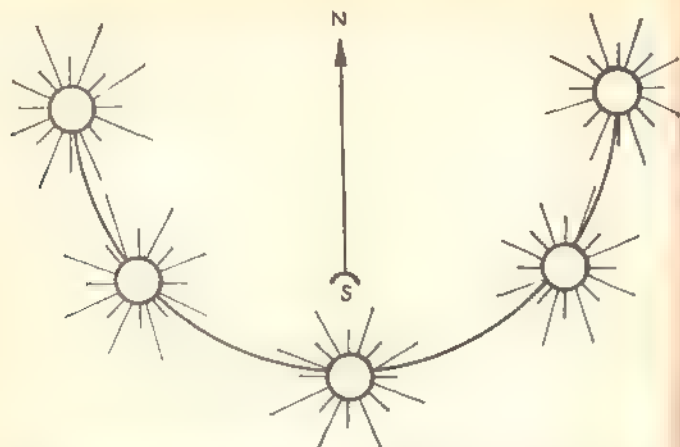


Fig. III. 1. Determinarea direcției nord-sud după Soare

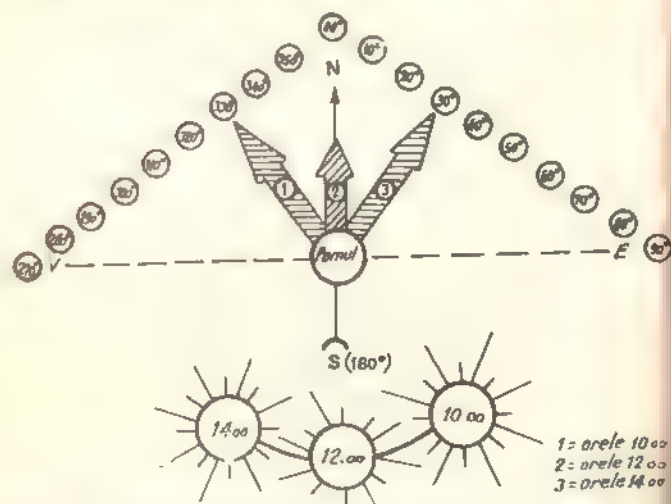


Fig. III. 2. Determinarea direcției nord-sud după umbra unui copac

b) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui și al ceasului

Se îndreaptă spre Soare acul ceasului care indică ora și apoi, cu ajutorul unui pai sau fir de iarbă, se împarte în două unghiul format de acest ac și direcția cifrei 12, astfel ca acesta să treacă prin axul ceasului și se va obține direcția nord-sud (fig. III.3).

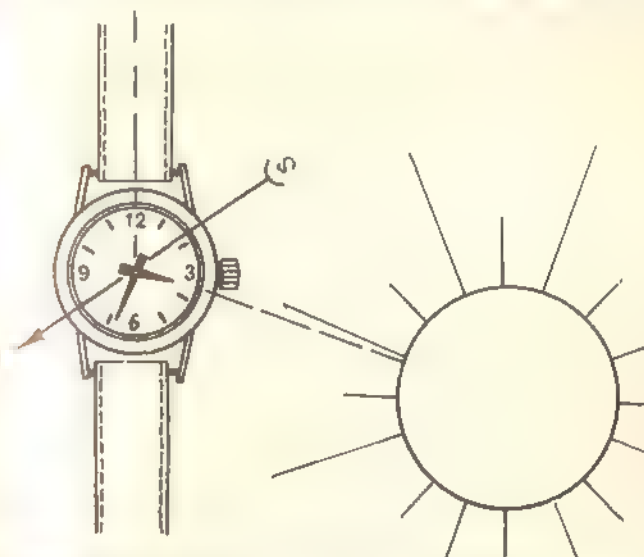


Fig. III. 3. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui și al ceasului

Capătul paiului (firului de iarbă) care împarte unghiul în două va indica direcția sud, iar capătul celălalt va indica direcția nord.

c) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Stelei Polare

Direcția nord-sud se poate determina în mod precis, pe timpul nopții, cu ajutorul Stelei Polare. Pentru aceasta este necesar să fie găsită constelația Ursa Mare (Carul Mare), formată din 7 stele. Se prelungește în sus linia dreaptă care unește cele două

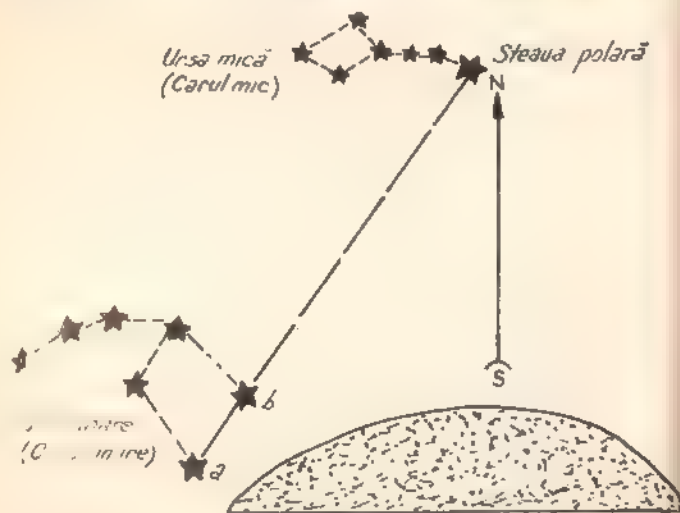


Fig. III. 4. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Stelei polare

stele extreme a și b (fig. III.4) și se măsoară pe această linie, de aproximativ 5 ori, depărtarea dintre ele. Steaua Polară se află în capătul oștii conste-

lației Ursa Mică (Carul Mic) și este cea mai luminoasă stea din această parte a cerului.

d) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul copacilor izolați

Trunchiurile și ramurile copacilor izolați, de obicei, sunt mai lungi și mai dese în partea de sud (fig. III.5),



Fig. III. 5. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul copacilor izolați

la măsurarea luminozității și căldurii Soarelui. În partea de nord, pe partea dinspre nord acestea sînt mai rare și puțin dezvoltate.

e) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul trunchiurilor de copaci tăiați

Privind cu atenție trunchiurile copacilor tăiați (buturugilor), vom observa că inelele de creștere anuale sînt mai largi spre sud și mai înguste spre partea de nord (fig. III.6).

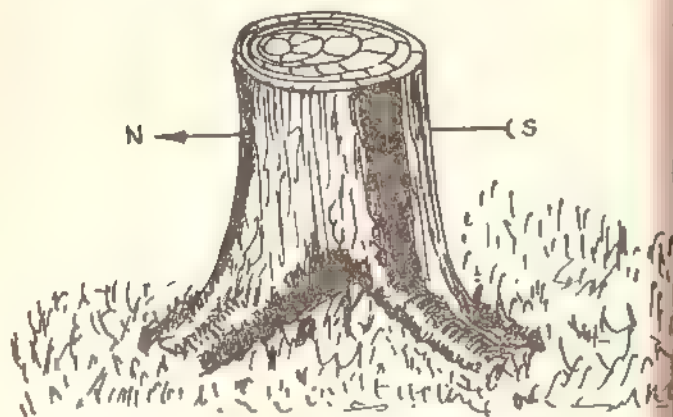


Fig. III. 6. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul trunchiurilor copacilor tăiați

f) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușchilor de pe copaci și pietre

Ca urmare a menținerii în umbră și a umezelii, pe partea dinspre nord a pietrelor și copacilor cresc adesea mușchi. Acest indiciu permite determinarea cu ușurință a punctelor cardinale, mai cu seamă în păduri (fig. III.7).

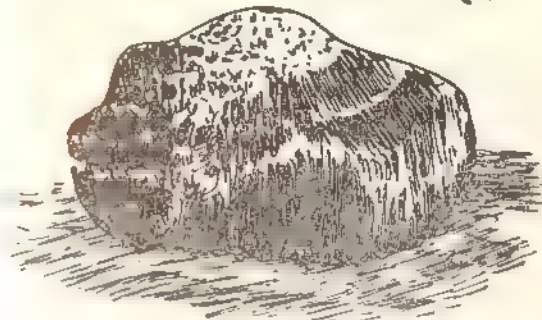


Fig. III. 7. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușchilor de pe pietre

g) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de furnici

Mușuroaiile de furnici, aproape întotdeauna, sînt în partea de sud a copacilor, trunchiurilor de copaci și boschetelor (fig. III.8). Partea dinspre sud a mușuroaielor este mai întinsă, iar cea dinspre nord este mai înclinată.

h) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de cîrțițe

Mușuroaiile de cîrțițe au găurile de intrare și ieșire din pămînt orientate spre partea de nord (fig. III.9).

În timpul de iarnă zăpada se menține un timp mai lung în partea de nord a mușuroaielor și a copacilor și se topește mai repede în partea de sud a acestora.

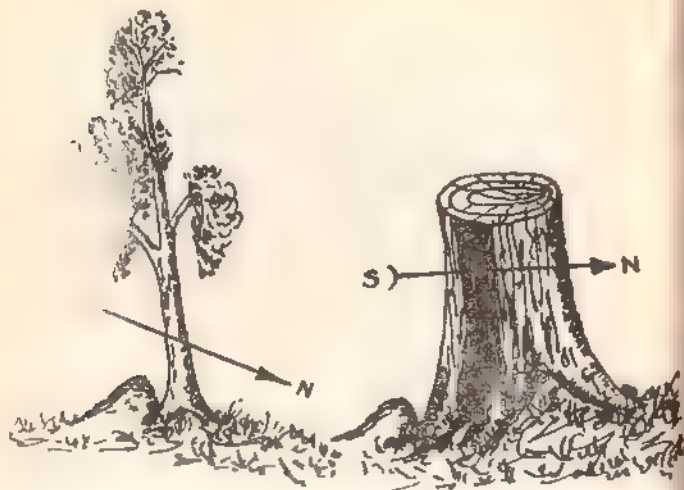


Fig. III. 8. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de furnici

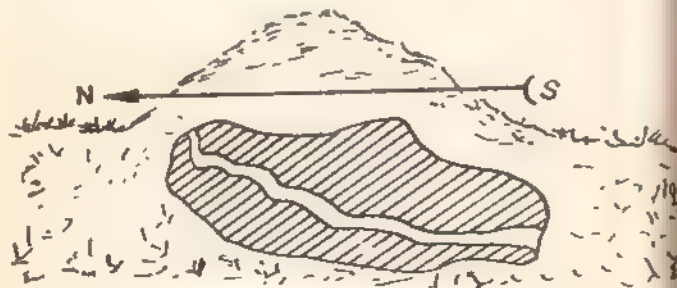


Fig. III. 9. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de cîrțițe

1) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul altarelor bisericilor ortodoxe

Altarele bisericilor ortodoxe sînt întotdeauna construite spre est (fig. III.10).



Fig. III. 10. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul altarelor bisericilor ortodoxe

1) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul crucilor de pe morminte

Crucile de pe morminte sînt așezate de regulă la capatul de vest al mormintelor (fig. III.11).

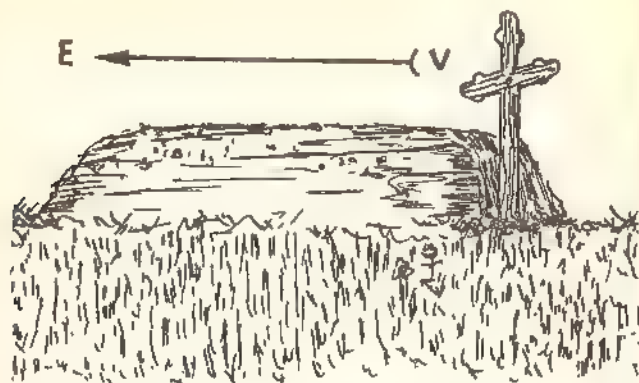
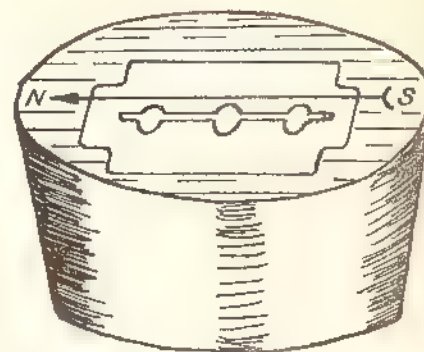


Fig. III. 11. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul crucilor de pe morminte

k) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul unei lame de ras

Lamele de ras construite din oțel superior au unul din capete mai puternic magnetizat. Pentru găsirea direcției nord cu ajutorul unei astfel de lame, aceasta va fi așezată orizontal pe suprafața unei ape liniștite. Indiferent de poziția în care aceasta va fi așezată, vom observa că lama se va roti pe apă până ce capătul mai puternic magnetizat se va opri într-o anumită direcție, aceasta fiind direcția nord. Pentru a avea certitudine că întradevăr aceasta este direcția nord, operațiunea de așezare sau de rotire a lamei pe apă se va repeta de mai multe ori (fig. III.12).

Fig. III. 12. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul unei lame de ras



2. CÎTEVA PROBLEME LEGATE DE DEPLASAREA ÎN TEREN NECUNOSCUȚ

Vor fi dese cazurile cînd supraviețuitorul va fi obligat să se deplaseze în terenuri necunoscute. În acest scop, chiar înainte de începerea deplasării, supraviețuitorul va trebui să-și schițeze un plan al deplasării și să facă o pregătire temeinică. Pentru ca deplasarea să o poată executa în bune condiții și fără prea mare efort, el nu va trebui să ia asupra sa prea multe materiale; o raniță în care să fie introduse alimente și materiale în greutate de 10—15 kg este suficientă, în afară de cazul cînd situația impune ca supraviețuitorul să fie asigurat pentru o perioadă îndelungată.

Materialele strict necesare care trebuie să se găsească — pe cît posibil — asupra supraviețuitorului sunt: armament individual, muniție, busolă, hărți, cîrmec și creion, lanternă, ceas, lenjerie de schimb,

trusă sanitară individuală, ustensile de bărbierit, alimente, bidon, gamelă, topor, pumnal, sîrmă sau sfoară împletită, o sticlă cu benzină, chibrituri sau brichetă etc.

Pe timp de iarnă, în limita posibilităților, se vor lua în plus : sac de dormit, mănuși groase, bocanci de schiuri, schiuri, pelerină cu glugă și ochelari de soare.

La nevoie supraviețuitorii își pot improviza ranițe din voaluri de parașute, prelate, huse, bluze etc. Unele din acestea pot fi folosite și la construirea adăposturilor.

Pe timpul transportului, ranița trebuie astfel așezată, încît să stea fixă pe spate, iar centrul de greutate să fie cît mai sus, pentru a nu-l deranja pe timpul deplasării.

În funcție de situație și de mijloacele existente, supraviețuitorul poate executa deplasarea pe jos, călare, cu trenul și cu autovehiculul.

a) Deplasarea pe jos. Pentru ca supraviețuitorul să poată executa deplasări lungi cu ușurință și fără a-i produce roșături la picioare, trebuie să dispună de încălțăminte corespunzătoare pentru orice teren și în orice condiții de timp. Atunci cînd execută deplasarea pe teritoriul propriu, el poate să lase semne vizibile pe itinerarul de deplasare, pentru a se putea orienta în caz de rătăcire. Armamentul trebuie purtat astfel, încît la nevoie să poată fi întrebuințat în timpul cel mai scurt.

Supraviețuitorul trebuie : să aleagă întotdeauna drumul cel mai ușor și mai sigur, chiar dacă este mai lung ; să-și menajeze forțele, ocolind obstacolele și porțiunile greu de trecut ; să nu urce în linie dreaptă

pantele abrupte, ci în serpentină, pentru a economisi energia ; să ocolească viroagele și rîpele adînci ; să nu treacă prin mlaștini sau terenuri mocirloase, atunci cînd ele pot fi ocolite ; să meargă încet, cu pas constant ; să alterneze timpul de marș cu cel de odihnă, iar popasurile să fie mai dese cînd are de străbătut o distanță mare.

În situația cînd se deplasează împreună mai mulți supraviețuitori este necesar ca viteza deplasării să fie fixată în funcție de ritmul de marș al persoanei care merge cel mai încet. Pe timpul deplasării în coboană este indicat ca distanța între oameni să fie mai mare (2-3 m), astfel ca fiecare să poată observa itinerarul pe care se deplasează.

Pentru a se ajunge cu precizie la locul dinainte stabilit se recomandă următoarele : deplasarea să se execute din punct în punct de stație ; la plecarea din fiecare punct să se aleagă două repere vizibile (unul aproape de punctul de plecare și următorul la primul punct de ajungere) ; la ajungerea în primul punct de stație se va alege al treilea reper, pe aceeași direcție ; acest procedeu se va repeta pe tot timpul deplasării ; în caz de rătăcire supraviețuitorul trebuie să-și păstreze calmul, să-și amintească de unde s-a abătut de la itinerarul fixat, să se întoarcă înapoi pînă în locul respectiv și să reia deplasarea ; pe timpul odihnei va rămîne cu fața în direcția de mers sau va face un semn fie din pietre sau crengi, fie din zgîrieturi pe pămînt (zăpadă), în direcția de mers ; se vor alege ca itinerare de deplasare potecile făcute de oameni și animale ; rîurile vor fi trecute pe plute sau pe alte mijloace improvizate ; în ținuturile deluroase sau muntoase deplasarea se va exe-

cuta pe creste, unde vegetația este mai puțin densă și pe care, de regulă, se găsesc poteci; în caz de furtună sau ceață deplasarea încetează pînă se îmbunătățește vizibilitatea, folosindu-se adăposturile existente, care sînt ferite de observarea militarilor inamici sau a populației din zonă; adăpostirea pentru odihna pe timp de noapte se va amenaja înainte de căderea întinericului, astfel încît aceasta să fie terminată pînă la lăsarea nopții; pe timpul odihnei se vor despacheta din raniță numai lucrurile strict necesare.

Pe timpul traversării cursurilor de apă se recomandă următoarele: să fie cercetat cu atenție cursul de apă înainte de traversare, pentru a se evita cazurile de accidentare (înece); să se stabilească modul de traversare și mijloacele ce pot fi folosite în acest scop; pentru a preveni cazurile de înece primul supraviețuitor care traversează cursul de apă va fi legat cu o funie pentru a putea fi salvat în caz de nevoie; după ce primul supraviețuitor a ajuns pe malul opus funia se va lega de un obiect solid, pentru a putea fi folosită și de restul militarilor pe timpul traversării cursului de apă.

La traversarea mlaștinilor și terenurilor mocirloase este indicat să se calce pe rădăcini și pe smocuri de iarbă, pentru a se evita locurile nesigure.

Orice deplasare pe timp de iarnă este mai dificilă decît în celelalte anotimpuri ale anului. De aceea se vor evita deplasările pe viscol, pe vînt foarte rece sau cînd vizibilitatea este redusă.

Iarna rîurile înghețate permit o bună deplasare în lungul lor, cu condiția ca să fie ocolite locurile unde

se afla este subțire sau malurile încărcate de zăpadă și expuse prăbușirii.

În situația cînd cerul este înnorat, cînd solul este acoperit cu zăpadă, iar în teren lipsesc reperele de orientare, se recomandă să nu se execute deplasări, deoarece nu există siguranța deplină că se va ajunge în locul dorit.

Primăvara este recomandabil ca deplasarea să se facă începînd de la miezul nopții pînă spre amiaza, pentru a se evita înfruntarea piraielor ce se formează prin topirea zăpezii.

Deplasarea pe timp călduros va începe numai după ce este asigurată rezerva de apă necesară pînă la locul de destinație. În unele situații, pentru a se asigura lua o rezervă de apă suficientă va trebui să se ajungă la unele obiecte de mai mică utilitate sau chiar la o parte din hrană.

Pe timpul deplasării în teren muntos împădurit se va evita cățărările peste bușteni sau peste alte obiecte și se vor alege de regulă potecile existente în lungul cursurilor de apă, care duc de cele mai multe ori spre puncte populate. La răscrucele de drumuri, deplasarea pe timp de noapte se va continua paralel și cît mai aproape de comunicația cea mai circulată.

Deplasarea pe jos se va face prin alternarea marșului cu odihna: marșul va fi lent, apa se va servi în mod regulat, iar odihna va începe înainte ca oboseala să fie prea mare. Deplasarea se va executa cu prudență, fără zgomot și, pe cît posibil, fără a lăsa urme; cînd acest lucru nu este posibil urmele vor fi șterse cu ajutorul unor ramuri.

b) Deplasarea se mai poate face și călare, pe cai, pe măgari sau catâri. În astfel de cazuri depărtarea între punctele de oprire va fi aleasă în funcție de nevoile de hrană și de odihnă ale animalelor. Deplasarea călare se va face numai dacă condițiile concrete permit acest lucru și dacă distanța de parcurs necesită o economisire mare de energie.

c) Deplasarea pe cale ferată se recomandă să se facă cu multă prudență, folosindu-se în special trenurile de mărfuri.

În trenurile de călători supraviețuitorul se va putea deplasa îndeosebi atunci când se găsește pe teritoriul țării sale. În această situație este indicat să-și procure documentele de transport necesare și prin comportare, limbă și accent să nu se deosebească de ceilalți călători și să evite controlul poliției.

Deplasarea pe autovehicule este indicat să se facă numai în cazuri deosebite, deoarece aceasta presupune: cunoașterea situației locale din țara unde se acționează (limba, felul de viață etc.); procurarea autovehiculului și a documentelor de transport; evitarea punctelor de control etc. Totuși acest procedeu de deplasare a fost folosit de mulți supraviețuitori și va fi, probabil, utilizat și în viitor.

3. MASCAREA ȘI SIGURANȚA DEPLASĂRII

Deplasarea mascată și în deplină siguranță este una din condițiile principale pentru ajungerea supraviețuitorului la locul de destinație. În acest scop se recomandă ca pe timpul deplasării să se evite locurile care păstrează urmele, cum ar fi: solul cu vegetație densă, pământurile lucrate, zonele nisi-

se, pădurile puțin frecventate, terenurile mlășticioase, culturile tinere cu tulpini fragile care se rup ușor, culcă pe timpul deplasării prin ele etc.

Traseele cele mai indicate sînt cele care străbat terenurile pietruite și împădurite, porțiunile unde nu crește iarba și cele cu drumuri puțin frecventate. În toate cazurile trebuie avut în vedere ca mișcările executate pe timpul deplasării să nu producă zgomote care să demaște prezența supraviețuitorului în aceste locuri.

În cazul cînd traversarea unei zone cu nisip, cu zăpadă sau zăpadă nu poate fi evitată se vor lua măsuri de ștergere a urmelor lăsate, prin măturare cu ramuri sau alte obiecte.

Locurile de odihnă în care se va face focul se vor alege de regulă cît mai departe de locurile circulate și populate, iar focul va fi mascat în așa fel, încît să nu poată fi descoperit după fum sau flăcări.

Înainte de părăsirea locurilor de odihnă, supraviețuitorii vor lua toate măsurile ca să nu rămînă în urmă nici un fel de indicii care să le demaște prezența. În acest scop se vor masca toate elementele adăposturilor sau adăposturilor, inclusiv vetrele focurilor și resturile de mîncare.

În vederea anihilării acțiunii cîinilor de urmărire este indicat ca, imediat după părăsirea locului de acțiune, deplasarea să se facă (pe cît posibil) prin terenuri stîncoase care nu rețin mirosul specific al omului. În situația că se dispune de unele produse, ca piper sau terebentină, ele se vor folosi pe tampoane legate pe talpa încălțămintei, pentru a neutraliza simțul olfactiv al animalului.

Pentru a se evita întâlnirea cu inamicul sau cu populația din zonă, deplasările se vor face de obicei noaptea sau în condiții de vizibilitate redusă (amurg, timp nefavorabil), evitând pe cât posibil drumurile, punctele obligate de trecere și localitățile.

În caz de întâlnire prin surprindere cu inamicul sau cu persoane civile, supraviețuitorul își va păstra calmul și, în funcție de situație, va căuta să continue deplasarea, comportându-se cât mai obișnuit posibil. Pentru înșelarea inamicului — în cazul cunoașterii limbii acestuia —, supraviețuitorul își va pregăti din timp răspunsurile sau întrebările, în diferite variante. În orice caz se vor evita, pe cât posibil, fuga (care constituie o dovadă a vinovăției), focul și suprimarea (care constituie un indiciu că prin locul respectiv au trecut persoane suspecte).

IV

REFUGIUL ȘI ADĂPOSTIREA

Refugiul și adăpostirea sînt locuri care, prin natura lor, oferă supraviețuitorului posibilități bune de protecție atât împotriva frigului, ploii, zăpezii etc., cât și pentru ascunderea lui de urmăritori. Ele se folosesc de supraviețuitor pe timpul staționării. Refugiul se folosește, de regulă, în condițiile în care a fost găsit (cu mici amenajări), iar adăpostirea se improvizează de către supraviețuitor.

În orice situații și condiții de teren sau anotimp, supraviețuitorul trebuie să caute un refugiu (peșteră, cavernă sau grotă, scobitură naturală în stîncă sau în mal, scorbură în copac etc.) sau să improvizeze o adăpostire (cort, colibă, nișă în pămînt, nișă în zăpadă, iglu, colibă și casă de zăpadă etc.). Adăpostirea poate fi improvizată și din unele părți ale tehnicii de luptă, ale mijloacelor de transport, din echipament, mijloace de salvare și alte materiale rămase pe teritoriul unde s-au dus acțiuni de luptă.

Acțiunea de improvizare și tipul adăpostirii se modifică în funcție de destinație și de posibilitățile oferite de mijloacele la îndemînă (pentru protejare împotriva ploii, frigului, căldurii, soarelui sau insec-

telor), de durata folosirii adăpostirii (pentru o singură noapte sau pentru mai multe zile și nopți).

Locul pentru amenajarea adăpostirii trebuie să îndeplinească următoarele condiții :

- să fie în apropierea unei surse de apă, împrejurimile să ofere surse de hrănire și combustibil, iar terenul să fie uscat și ferit de pericolul avalanșelor sau al rostogolirilor de zăpadă și stinci ;

- să nu fie în păduri dense și umede, unde nu pătrund razele solare sau în locuri mlaștinoase, cu țințari ;

- să nu fie sub copaci sau crengi putrede, care pot distruge adăpostirea sau pot răni pe supraviețuitor ;

- să permită o bună observare circulară și să aibă una sau două căi ascunse de acces spre adăpostire ;

- să fie ferit de vânt și de zăpada viscolită ;

- să fie cât mai departe de locurile frecventate de militarii inamici și de populația civilă.

Cu toate acestea, pot fi și cazuri când supraviețuitorul va fi obligat, de unele situații, să-și improvizeze adăpostirea în locuri greu accesibile (tufișuri și mărăcini, terenuri stâncoase, mlaștini întinse etc.) și să le mascheze cu materiale din zonă.

Pentru a ilustra mai concret varietatea de adăpostiri ce pot fi improvizate în diferite condiții de teren și anotimp, în cele ce urmează se prezintă unele materiale, metode și procedee de amenajare a acestora.

TIPURI DE CORTURI

Cortul este o adăpostire simplă și ușor de realizat și se dispune de foi de cort, prelate, parașute sau materiale textile.

După destinație și după formă, corturile pot fi clasificate astfel :

- a) **Cortul în trei colțuri, pentru o persoană** (Fig. IV.1) se construiește astfel: dintr-o prelată sau voalură de parașută se taie mărimea necesară pentru acoperirea cortului, plus o bucată care să servească drept perdea pentru acoperirea intrării în cort. Pe timp răcoros se poate face focul în fața cortului, astfel încât căldura să poată pătrunde în interior. Prelata sau voalura parașutei poate fi folosită

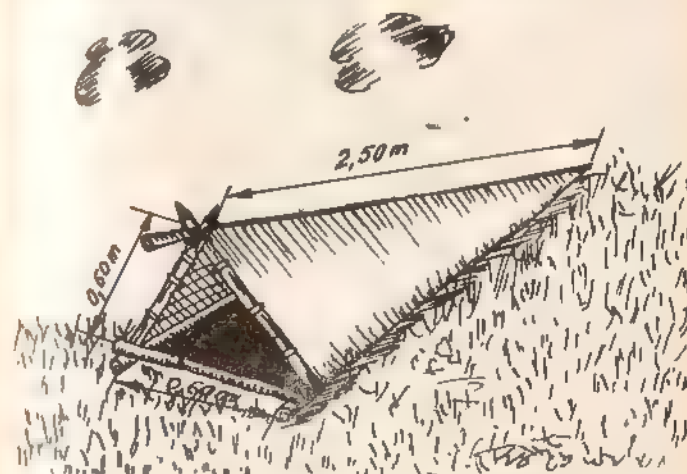


Fig. IV. 1. Cort în trei colțuri, pentru o persoană

și pentru amenajarea culcușului. La construirea cortului se va avea în vedere ca intrarea să nu fie orientată spre direcția din care bate vîntul.

b) **Cortul în patru colțuri, pentru mai multe persoane** (fig. IV.2) se construiește, în principiu, după regulile arătate pentru cortul în trei colțuri. Cînd se dispune de cele necesare, acest tip de cort se construiește din foile de cort existente în înzestrarea supraviețuitorilor.

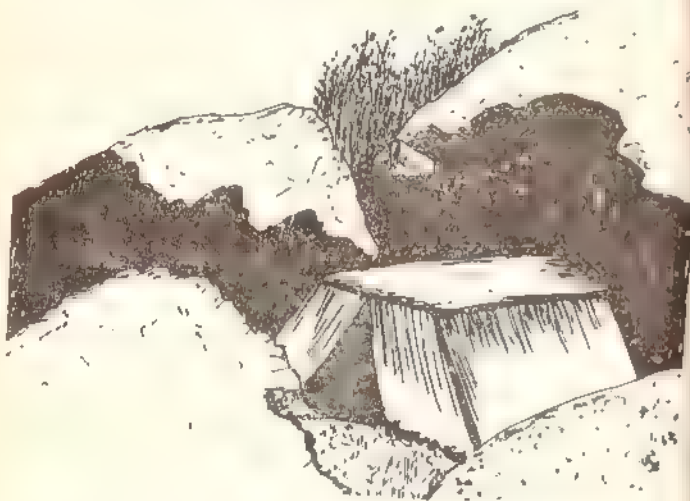


Fig. IV.2. Cort în patru colțuri, pentru mai multe persoane

c) **Cortul de formă conică, pentru mai multe persoane** (fig. IV.3) poate fi confecționat din voalura parașutei sau din alte materiale textile. În interior

acestuia se poate face focul, cu condiția ca în partea superioară, cortul să fie prevăzut cu un orificiu pentru ieșirea fumului.



Fig. IV.3. Cort de formă conică, pentru mai multe persoane

Pentru construirea cortului se poate proceda astfel: se taie suspantele parașutei la o depărtare de 60 cm de partea de jos a voalurii parașutei; în una din laturile voalurii parașutei se creează un orificiu pentru ieșirea fumului.

Construirea cortului va începe prin legarea împreună a stîlpilor la partea superioară și apoi prin fixarea lor pe sol, sub formă circulară.

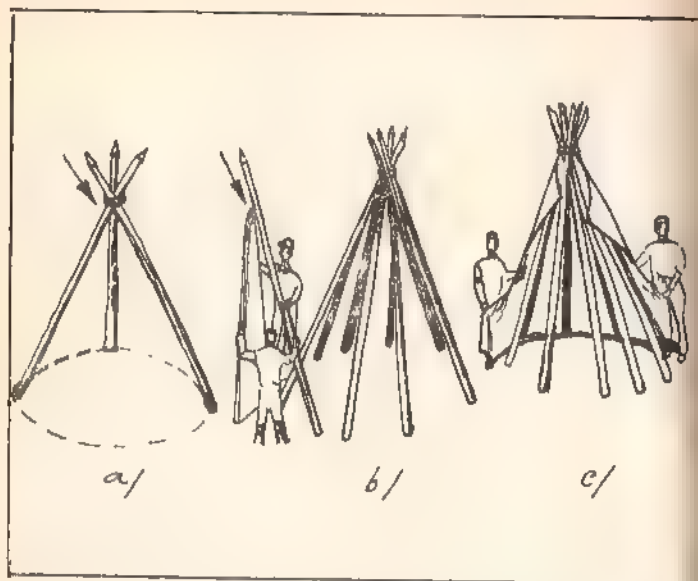


Fig. IV. 4. Modul de așezare a stîlpilor de susținere pentru corturile (colibelor) de formă conică

Lungimea stîlpilor de susținere va fi în funcție de mărimea voalului parașutei. Depărtarea lor pe sol (sub formă circulară) va depinde, de asemenea, de mărimea materialului cu care se acoperă cortul și de numărul persoanelor care se vor adăposti.

Pentru a ușura manevrarea voalului parașutei pe timpul construirii cortului, unul dintre panourile acesteia va fi tăiat de la bază pînă la vîrf. Această tăietură va constitui și ușa de intrare în cort.

Interiorul cortului se amenajează culcușul, din ramuri de brad sau frunze uscate, lăsînd loc și pentru focului (dacă este cazul).

Hamacul improvizat. Cînd supraviețuitorul trebuie să staționeze timp mai îndelungat într-un loc umed sau umed, dar în care există și cortul, se recomandă pentru odihnă, în loc de cort sau să fie folosit hamacul (fig. IV.5). Pe lângă faptul că hamacul îl protejează de umezeală, el prezintă avantajul că apără supraviețuitorul și împotriva unor animale sălbatice. Pentru improvisarea hamacului poate fi utilizat orice material textil



Fig. IV. 5. Hamac improvizat din voalura parașutei

care rezistă la greutatea supraviețuitorului (voalură de parașută, prelată etc.).

Hamacul din voalura unei parașute se construiește astfel: între 3-4 copaci, dispuși la o anumită distanță unul de altul, se întinde voalura parașutei în așa fel, încît vîrfurile acesteia să fie îndreptate, pe cît posibil, în direcția din care bate vîntul, după care se leagă de un copac la înălțimea de aproximativ 3 m; suspantele de la baza voalurii se împart și se leagă de ceilalți copaci la aceeași înălțime, astfel încît să se asigure un culcuș corespunzător.

e) Cortul improvizat din trunchiuri de copaci tineri legați între ei și acoperit cu material impermeabil poate fi construit într-un timp scurt, dacă



Fig. IV. 6 a și b. Cort improvizat din trunchiuri de copaci tineri legați între ei și acoperit cu material impermeabil

se găsesc copaci mici și tineri în locul de staționare și dacă se dispune de material impermeabil (fig. IV.6).

la alegerea locului pentru cort se curăță rădăcinile copacilor, se îndoaie cu vîrfurile unul spre altul și se leagă cu sfoară (sîrmă) doi cîte doi, sub formă de boltă (fig. IV.6 a). Peste scheletul rezultat se întinde materialul impermeabil avut la dispoziție (fig. IV.6 b).

NIȘĂ ÎN PĂMÎNT

Nișa în pămînt este un intrînd (firidă) amenajat în pămîntul unui mal sau al unei tranșee, în scopul adăpostirii la nevoie a supraviețuitorului și a materialelor aflate asupra lui (fig. IV.7).

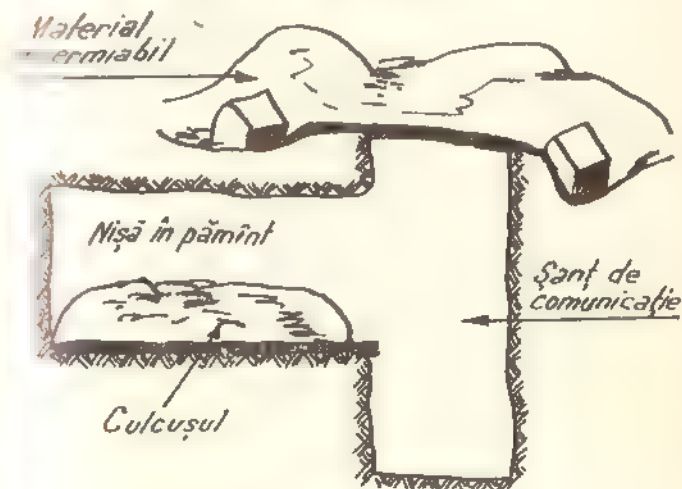


Fig. IV. 7. Nișă în pămînt

Dimensiunile nișei vor fi în funcție de numărul supraviețuitorilor și de volumul materialelor ce trebuie adăpostite.

Dacă pământul este sfărâmicios și se surpă, nișa va fi consolidată cu material lemnos, procurat din zonă.

Uneori supraviețuitorul poate să-și amenajeze adăposturi în diferite gropi sau șanțuri de comunicație, pe care să le acopere cu foi de cort sau cu alte materiale existente în zonă : birne, crengi, paie, fin, frunziș și pământ (fig. IV.8).

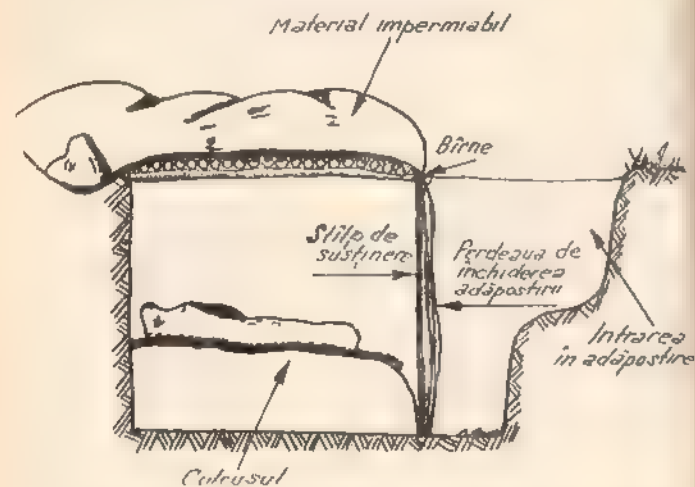


Fig. IV. 8. Adăpostire acoperită cu birne și foi de cort

Asemenea adăposturi pot fi amenajate îndeosebi în teren deschis, prin săparea unei gropi și prin aco-

perirea ei cu material impermeabil sau lemnos și pământ. Marginile superioare ale gropii constituie puncte de sprijin pentru acoperișul adăpostirii. Ușa de la intrare se acoperă cu o parte din voalura paraușului, a foi de cort sau cu alte materiale avute la îndemână.

TIPURI DE COLIBE

Coliba este o adăpostire construită la suprafața pământului din birne, crengi sau din alte materiale existente în zonă și acoperită cu paie, fin, ramuri, coșeni de porumb etc. În colibă se poate dormi, mânca și prepara hrana.

După materialele din care se construiesc și după formă, colibe pot fi de mai multe feluri :

a) Colibă amenajată din plăci

Este o adăpostire ușor de realizat, atunci când se dispune de diferite plăci sau eventual lespezi de piatră (fig. IV.9).

La amenajarea adăpostirii trebuie să se aibă în vedere ca plăcile să fie așezate oblic, cu un capăt în vedere executat în pământ. Capetele de la partea superioară vor fi sprijinite pe plăci asemănătoare, astfel încât locul de împreunare să constituie și punctul de sprijin superior al adăpostirii.

Dacă marginile plăcilor nu au o formă regulată, golurile dintre plăci vor fi umplute cu materiale din

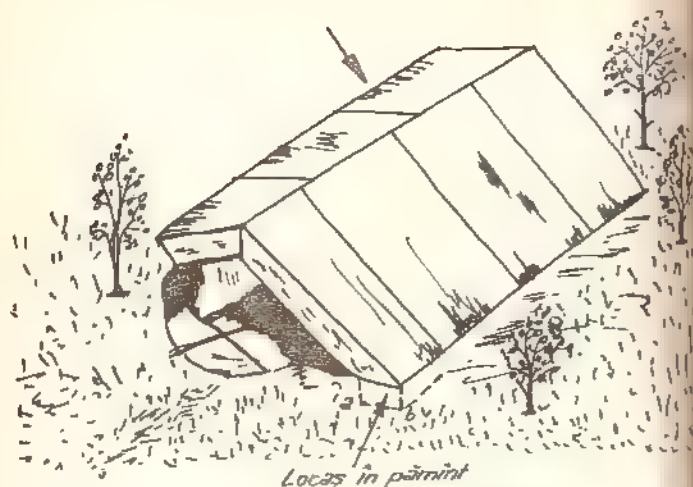


Fig. IV. 9. Colibă amenajată din plăci

zonă (frunze, scoarță de copaci, mușchi, iarbă, pământ etc.).

b) Colibă amenajată cu materiale din zonă așezate în formă de „A”

Din lipsă de alte mijloace se poate amenaja o adăpostire din gard de nuiiele sau din alte materiale existente în zonă, care, unite la partea superioară, constituie acoperișul colibei în formă de „A” (fig. IV.10).

Peste colibă se așază un strat gros de frunziș, iarbă, pământ etc., urmărind, totodată, să se asigure, pe cât posibil, și o mascare corespunzătoare mediului



Fig. IV. 10. Colibă amenajată din nuiiele împletite

acoperitor. Acest acoperiș, construit cu grijă, poate proteja pe supraviețuitori o perioadă îndelungată. Când se staționează în păduri de conifere, pot fi construite, cu multă ușurință, colibe din cetină de larvă.

Coliba în formă conică poate fi construită cu sau fără stâlp de susținere (fig. IV.11 a, b). Ca stâlp de susținere, uneori, poate fi folosit și un copac, fără ca acesta să fie tăiat.

În timp de iarnă coliba poate fi acoperită cu zăpadă, atât în scop de protecție, cât și de mascare.

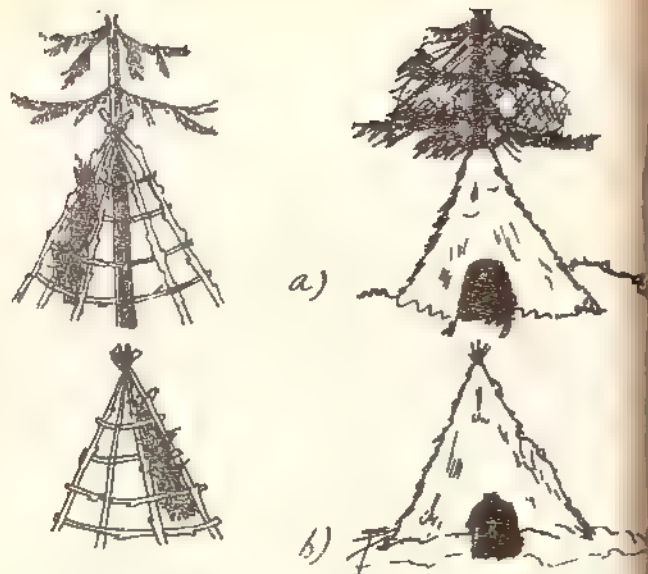


Fig. IV. 11. Colibă de formă conică acoperită cu cetină de brad

c) Colibă conică, construită din panouri de cetină de brad

Construirea colibei conice începe cu scheletul și cu panourile pentru acoperire. Scheletul este asemănător cu cel prezentat în figura IV.4, iar panourile de acoperire se confecționează după modelul din figura IV.12.

Pentru acoperirea colibei conice panourile se așază începând de la bază și terminând în vîrf, ur-

ind să se realizeze o suprapunere de 30-40% (pe modelul șindrilei), pentru a asigura scurgerea

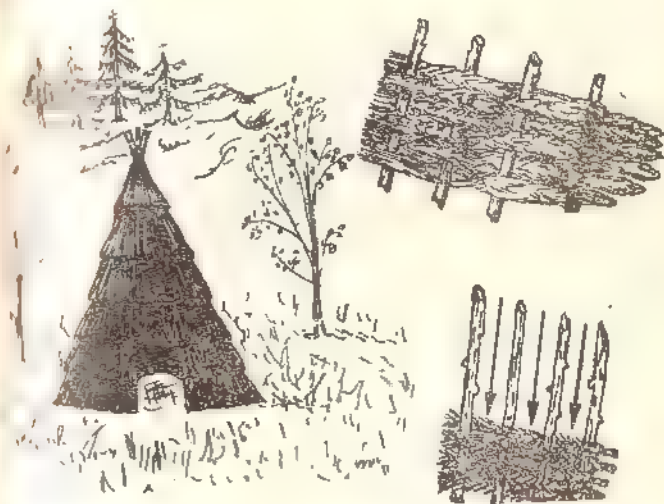


Fig. IV. 12. Colibă conică, construită din panouri de cetină de brad

d) Colibă amenajată sub ramurile unui copac rupt de vînt

Copacii care sînt ruși de vînt și au coroana dezvoltată pot fi folosiți în bune condiții pentru amenajarea unor astfel de adăposturi (fig. IV.13).

Pentru a opri pătrunderea apei, coliba poate fi învelișită prin interior sau acoperită pe deasupra, fie

cu foi de cort, prelate sau voaluri de parașute, fie cu iarbă, împletituri de crengi etc.



Fig. IV. 13. Colibă amenajată sub coroana unui brad rupt de vânt

În fața colibei se amenajează vatra focului. În spatele focului se așază pietre mari, pentru a reflecta căldura spre colibă.

4. ADĂPOSTIRI PE TIMP DE IARNĂ

Pentru a putea supraviețui în condițiile iernii orice militar aflat în această situație va trebui să-și amenajeze o adăpostire corespunzătoare, care să-l protejeze împotriva vântului și frigului.

În iernile cu zăpadă abundentă adăpostirile cele mai indicate și totodată ușor de construit sînt cele din zăpadă. Pe lângă faptul că se găsește la îndemînă în orice loc, zăpada este și un bun izolator împotriva intemperiilor.

În cele ce urmează sînt prezentate unele tipuri de adăpostiri din zăpadă.

Nișă sub zăpadă

O astfel de adăpostire poate fi amenajată numai cînd stratul de zăpadă are grosime apreciabilă (de 1,3 m).

Cînd se preconizează să se staționeze mai mult timp în același loc, în interiorul nișei se pot amenaja un culcușul, cît și locul pentru mijloacele de încălzire (fig. IV.14).

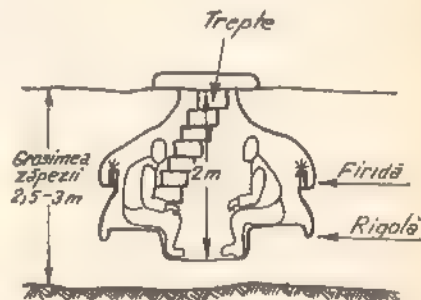


Fig. IV. 14. Nișă sub zăpadă (vizuină)

Nișa trebuie prevăzută cu un orificiu pentru aerisire și cu trepte pentru intrare și ieșire. La partea superioară, nișa trebuie acoperită cu blocuri de zăpadă sau de gheață. Pentru etanșeitate se recomandă ca intrarea în nișă să fie acoperită cu mijloace impermeabile și bine mascate.

Adăpostirile sub zăpadă pot fi construite cu multă ușurință în pante sau contrapante, unde zăpada este

adunată în cantități mari (fig. IV. 15). Intrarea se poate face printr-un șant săpat în zăpadă. Adâncimea șanțului trebuie să fie mai mică decât a nișei, pentru a interzice pătrunderea aerului rece.

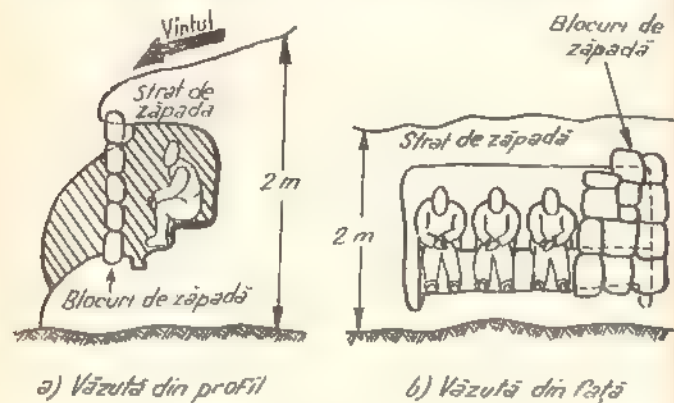


Fig. IV. 15. Adăpostire sub zăpadă

Intrarea poate fi amenajată fie prin față, fie printr-una din părțile laterale ale adăpostirii. Pentru protecția supraviețuitorilor împotriva vântului și a frigului, partea din față a adăpostirii se închide cu blocuri de zăpadă. Interiorul se amenajează în funcție de numărul persoanelor și de nevoi.

b) Corturi amenajate în zăpadă

Când se dispune de foi de cort, prelate, voaluri de parașute etc. pot fi amenajate corturi, care apoi să fie acoperite cu blocuri de gheață sau de zăpadă.

Construirea acestora este, în general, asemănătoare celorlalte tipuri de corturi, cu deosebirea că de la început să se clădească blocurile de zăpadă, materialul impermeabil de la bază va fi îndoit în interiorul adăpostirii (fig. IV.16).

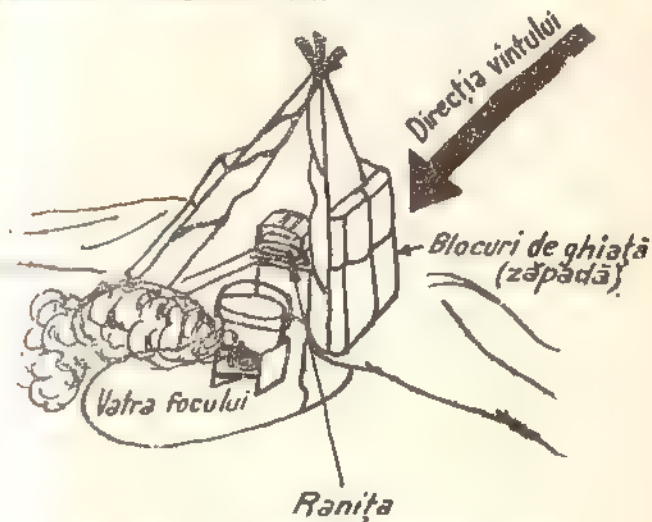


Fig. IV. 16. Cort din material impermeabil, acoperit cu blocuri de zăpadă

Când stratul de zăpadă are o grosime între 2-3 m și acoperă o mare suprafață de teren pot fi amenajate corturi în locașurile care rezultă din dislocarea mapezii. Dacă zăpada este afinată și nu permite ca pereții să-și păstreze forma, aceștia pot fi întăriți cu blocuri din gheață sau cu zăpadă udă, sub formă de zid (fig. IV. 17).

Pentru observare și siguranță aceste adăposturi pot fi prevăzute cu șanțuri de comunicație și cu locașuri de tragere.

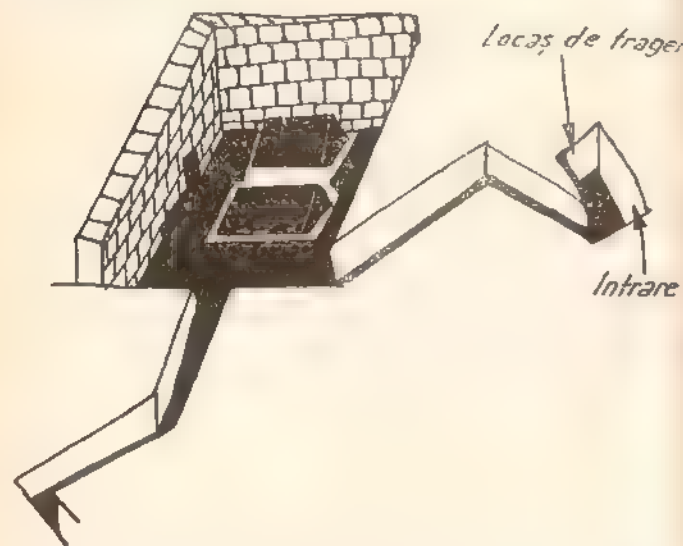


Fig. IV.17. Cort amenajat în zăpadă cu zid protector

c) Colibă în zăpadă

În terenuri muntoase, ca urmare a existenței unui strat mai gros de zăpadă (pe văi, viroage, pante etc.) și a materialului lemnos, adăposturile se amenajează mult mai ușor (fig. IV.18).

Uneori adăposturile din zăpadă pot să ia chiar forma unei case. Spre deosebire de alte adăposturi, casa de zăpadă este mai încăpătoare, se construiește



Fig. IV.18. Colibă în zăpadă (și din lemn) acoperit cu zăpadă

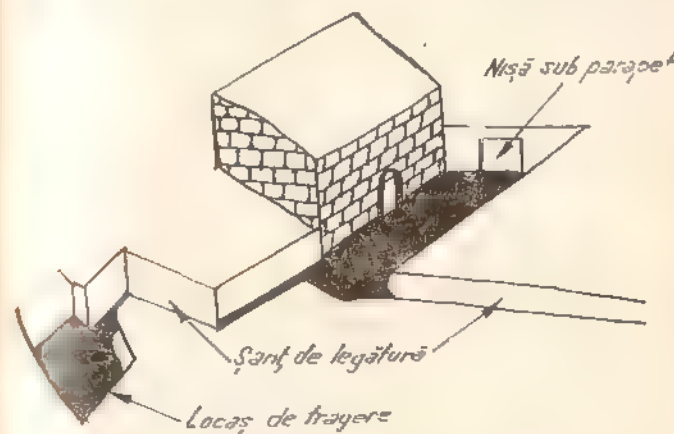


Fig. IV.19. Casă din blocuri de zăpadă

mai anevoios și este recomandabilă numai în situațiile în care se prevede o staționare de lungă durată, fără a exista posibilități de amenajare a unui alt tip de adăpostire (fig. IV.19).

d) Iglu

În situația când stratul de zăpadă nu este prea gros se poate amenaja un iglu.

Pentru construirea lui sînt necesare un stîlp din lemn, care se fixează în centrul iglului, și o frînghie sau o bucată de sfoară de aproximativ de 2 m lungime, pentru trasarea bazei de formă circulară, lopeți mici sau cazmale, pentru construirea blocurilor din zăpadă.

Un supraviețuitor care dispune de cunoștințe și deprinderi practice poate construi un astfel de iglu pentru două persoane în decurs de două ore (fig. IV.20).

Construirea iglului se va face în următoarea succesiune :

- se curăță zăpada în locul unde se va construi iglul, urmărind ca dislocarea acesteia să se facă sub formă de blocuri, care apoi să fie folosite la construirea iglului ;

- se stabilește centrul iglului, în care se fixează stîlpul central ;

- în jurul stîlpului se descrie un cerc cu raza de 1,20 m, care constituie marginea interioară a iglului ;

- în jurul cercului marcat se sapă un șanț adînc de 30—50 cm și lat de aproximativ 45 cm (lățimea șanțului poate fi mai mare sau mai mică, în funcție

de lățimea blocurilor de zăpadă cu care se construiește iglul) ;

— se așază în șanț primul rînd de blocuri de zăpadă, care constituie și fundația iglului (forma unui rînd de zăpadă se arată în fig. IV.20) ;

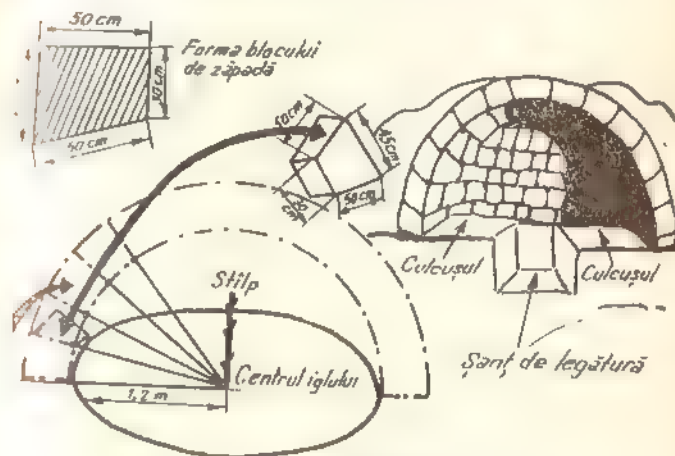


Fig. IV. 20. Iglu în secțiune

- se continuă așezarea suprapusă a blocurilor de zăpadă sub formă circulară, iar pentru ca acoperișul să devină în formă de boltă la fiecare rînd se reduc cel puțin 4 blocuri de zăpadă ;

- se așază ultimele blocuri de zăpadă (blocurile de închidere) sub formă de pană (ic) și puțin presate ;

- se amenajează intrarea în iglu și orificiul de aerisire ;

— se astupă găurile dintre blocurile de zăpadă apărute pe timpul construirii iglului;

— se taie colțurile interioare proeminente ale blocurilor de zăpadă, pentru a da o formă cât mai netedă interiorului și pentru a evita topirea acestora;

— în interiorul iglului se amenajează un șanț trapezoidal, care constituie și locul pe care se circulă pe timpul intrării și ieșirii din iglu;

— pe ambele părți ale șanțului din interior se amenajează culcușurile;

— tot în șanț se amenajează vatra focului;

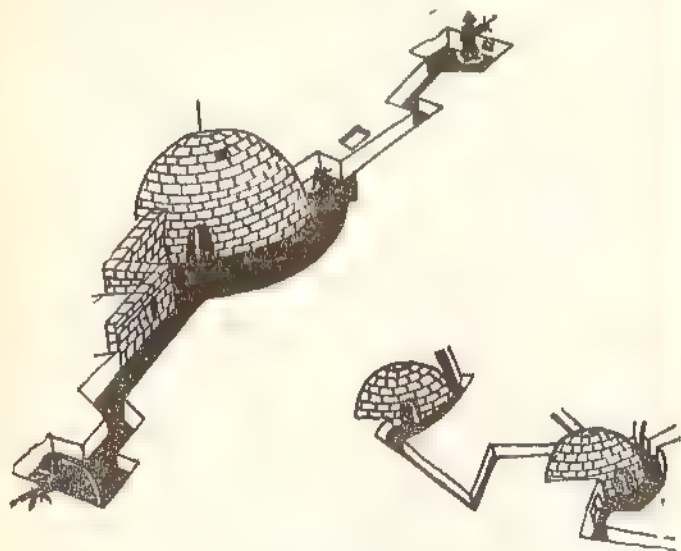


Fig. IV.21. Iglu în detaliu

se închide intrarea în iglu cu ajutorul unei
... improvizate sau cu blocuri de zăpadă;

pentru observare și siguranță, în exterior se
amenajează șanțuri de comunicații și locașuri de
trageră (fig. IV.21).

V

IMPORTANȚA FOCULUI ÎN ASIGURAREA SUPRAVIEȚUIRII

Focul este indispensabil omului pentru încălzire, uscarea echipamentului, semnalizare, pregătirea hranei și purificarea apei prin fierbere. Timpul de supraviețuire crește sau scade în funcție de abilitatea supraviețuitorului în procurarea și asigurarea sa cu strictul necesar existenței.

Printre multiplele nevoi pe care le ridică dorința și totodată necesitatea de a supraviețui, focul prezintă o importanță deosebită. În anumite condiții, focul devine elementul esențial de care depinde într-o mare măsură supraviețuirea.

Tocmai de aceea se cere ca fiecare militar să cunoască în bune condiții mijloacele care pot fi folosite ca surse de foc și să știe :

- să aleagă și să amenajeze vetre de focuri în funcție de posibilități și de destinația acestora ;
- să aprindă și să mențină focul în locuri ferite de vederile inamicului ;
- să evite incendiul și să nu lase urme de foc în locurile de staționare ;
- să transporte focul dintr-un loc în altul, atunci când situația impune.

ALEGEREA LOCULUI PENTRU VATRA FOCULUI

Focul se alege în funcție de destinația acestuia (încălzire, prepararea hranei) și de alți factori care condiționează folosirea lui, ca : bătaia vântului, direcția luminii, evitarea incendiului etc., precum și de combustibilul pe care îl folosește.

Pentru încălzire, vatra focului trebuie amenajată astfel încât căldura să fie dirijată în direcția în care trebuie să supraviețuitorul. În partea de jos, și în cele două părți laterale ale acesteia, se va așeza de regulă un protector și de mascare. Acesta poate fi format din anumite materiale pe care supraviețuitorul le va așeza în zonă (bucăți de tablă groasă, pietre plane, cărămidă, trunchiuri de copaci, brazde de pământ etc.). Vatra focului pentru prepararea hranei și coacerea trebuie aleasă astfel, încât să îndeplinească următoarele condiții :

- să asigure dirijarea căldurii spre vasul în care se prepară hrana sau se coace piinea ;
- mărimea vetrei focului trebuie să permită așezarea unui vas (marmidă, gamelă, oală, cratiță etc.) în care se prepară hrana.
- În situația când vatra focului s-a fixat pe un strat de zăpadă sau gheață, atunci în mod obligatoriu se va așeza în partea de jos un strat izolant de pământ, pentru a proteja focul de apa rezultată din topirea zăpezii.

2. FELURILE DE FOCURI

În funcție de loc, formă, destinație și durată, focurile pot fi împărțite astfel :

- a) focul în sobă improvizată ;

- b) focul în cuptor improvizat ;
- c) focul în groapă sau în șanț ;
- d) focul între pietre ;
- e) focul tip grătar ;
- f) focul tip scară înclinată ;
- g) focul vânătoresc ;
- h) focul tip baraj ;
- i) focul tip stea ;
- j) focul haiducesc ;
- k) focul în cutie improvizată ;
- l) focul în primus improvizat.

De fiecare dată supraviețuitorul își va alege felul focului pe care dorește să-l facă și, în funcție de aceasta, va stabili vatra focului.

În cele ce urmează vom descrie pe scurt fiecare din aceste feluri de focuri.

a) Focul în sobă improvizată (godin)

Pentru improvizarea sobei poate fi folosită și o cutie de tablă avută la îndemână sau găsită.

În acest scop este suficient ca în partea laterală a cutiei să se creeze un orificiu pentru introducerea lemnului și asigurarea tirajului necesar (fig. V.1). Pentru ca tabla din fundul cutiei, care constituie și vatra focului, să nu ardă prematur, se câptușește cu un strat de pământ sau de nisip. În astfel de sobe poate fi folosit în bune condiții și combustibilul lichid (benzină, petrol, motorină etc.), fie turnat direct pe nisip, fie îmbibat în diferite cîrpe.

Sobele improvizate se recomandă să fie folosite îndeosebi în adăposturile construite pe timp de iarnă, atât pentru încălzit, cât și pentru prepararea sau încălzirea hranei.

Dacă focul se face cu lemne, acestea se așază în vatra sobei sub formă de cruce, pentru a da posibilitate aerului să pătrundă printre ele și să întrețină ardere.



Fig. V. 1. Sobă improvizată

b) Focul în cuptor improvizat

De regulă supraviețuitorul amenajează un astfel de cuptor cînd rămîne mai mult timp într-un raion sau cînd trebuie să coacă pîine sau să conserve hrana animală sau vegetală.

Cuptorul poate fi improvizat în peretele unui șanț, al unei gropi sau pe sol (fig. V.2 și V.3). Cuptorul cel mai ușor de construit este cel săpat în peretele unui șanț.

Dacă se dispune de o bucată de tablă, ea poate fi așezată în partea superioară a cuptorului, servind ca plăc pentru încălzirea sau prepararea hranei.

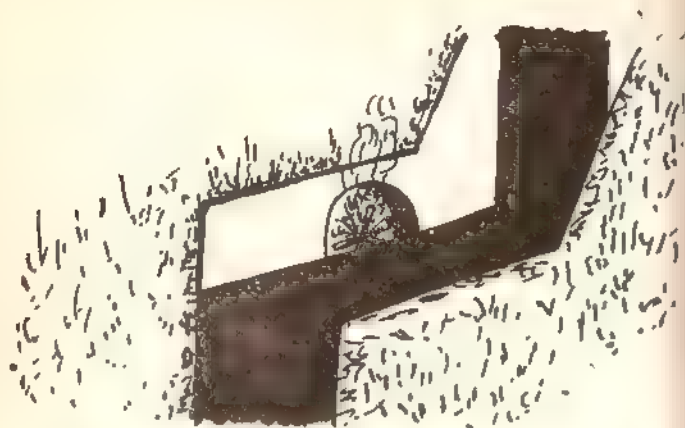


Fig. V. 2. Cuptor improvizat în peretele unui șanț

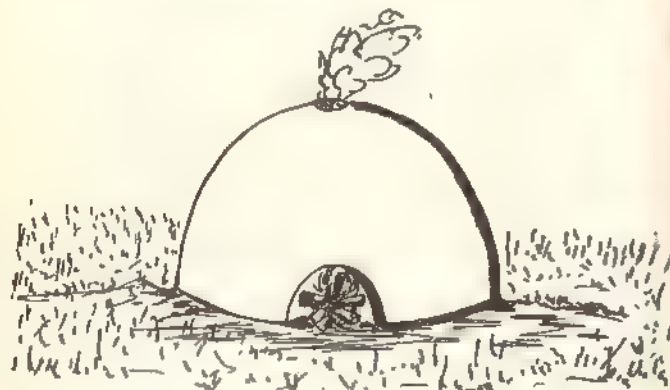


Fig. V. 3. Cuptor construit pe sol

Cuptorul construit pe sol poate fi folosit atât pentru încălzirea și prepararea hranei, cât și pentru uscare a echipamentului, coacerea pâinii, conservarea alimentelor etc.

c) Focul în groapă sau în șanț

Acest fel de foc se folosește, de regulă, atunci când supraviețuitorul dorește să-și încălzească sau să-și prepare hrana necesară.

Groapa în care urmează să se facă focul se sapă sub formă de trunchi de con cu vârful în jos, iar lemnele se așază sub formă înclinată pe marginea acesteia, unul lângă altul (fig. V. 4).



Fig. V. 4. Vatra de foc sub formă de groapă

Avantajele acestui fel de foc constau în : economisirea combustibilului, care arde lent, ca urmare a cantității mici de oxigen ce întreține arderea ; asigurarea păstrării focului un timp îndelungat, prin acoperirea jăraticului cu cenușă.

Folosirea acestui fel de foc are însă și unele dezavantaje și anume că spre deosebire de alte tipuri de

focuri el dă o cantitate mai mică de căldură și limitează dirijarea acesteia în direcția dorită.

d) Focul între pietre

Vatra focului poate fi amenajată în anumite situații și între pietre, care, servind drept paravan, pot asigura prin încălzire o cantitate mai mare de căldură chiar cu combustibil puțin (fig. V. 5).



Fig. V. 5. Vatră de foc între pietre

Avantajele acestui fel de foc constau în posibilitatea dirijării căldurii și a menținerii acesteia (și după stingerea focului), ca urmare a radierii produse de pietrele supraîncălzite.

e) Focul tip grătar

Un astfel de foc se poate face în toate cazurile în care combustibilul este lemnul.

Este tip de foc, lemnele se aranjează sub formă de grătar, pe două trunchiuri de copaci de dimensiuni egale, așezate paralel, la o distanță de 40-50 cm (fig. V. 6).

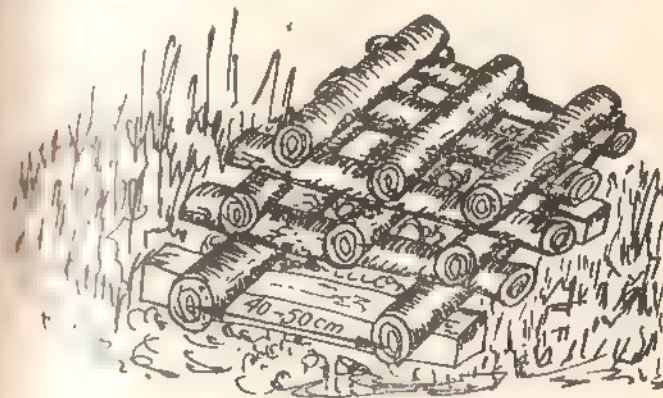


Fig. V. 6. Aranjarea lemnului sub formă de grătar

Focul se aprinde la centru și jos, sub grătarul format, pentru ca flăcările să cuprindă întreaga stivă de lemn.

Acest fel de foc este indicat atunci când staționarea se face la suprafața solului, fără a fi amenajată nici o adăpostire și când căldura este necesară pentru mulți supraviețuitori. El prezintă avantajele că tot timpul arderii menține constantă flacăra și căldura, pe care o radiază circular.

Un avantaj al acestui fel de foc constă în faptul că se folosește în general o cantitate mare de lemn, iar arderea se produce într-un timp relativ scurt.

f) Focul tip scară înclinată

Focul sub această formă se recomandă să fie făcut atunci când se dispune de combustibil puțin, dar în schimb se urmărește ca el să dureze un timp cât mai îndelungat.

Pe locul unde s-a fixat vatra focului se introduc în pământ, sub formă înclinată și paralel, două bucăți de lemn, la o adâncime de 20-30 cm și la o depărtare de 40-50 cm unul de altul, urmărind ca lungimea de la suprafață să fie de aproximativ 70-80 cm.

Ele formează stâlpii de susținere, pe care se așază suprapuse lemnele destinate pentru foc (fig. V. 7).

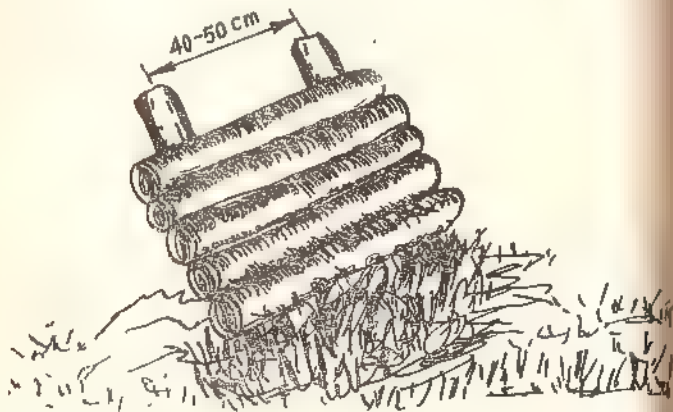


Fig. V. 7. Aranjarea lemnelor în formă de scară înclinată

Stâlpii de susținere au și rolul de a favoriza arderea progresivă a combustibilului.

cel fel de foc poate fi folosit la nevoie și pentru încălzirea și prepararea hranei în interiorul adăposului.

g) Focul vânătoresc

Apres deosebire de alte tipuri de focuri, focul vânătoresc este indicat să se facă numai în situațiile când condițiile concrete permit să se realizeze o bună masă de lemn respectiv și când se dispune din abundență de combustibil lemnos. De asemenea, atunci când se supraviețuiește în grup.

Aranjarea combustibilului lemnos se face în felul următor: se așază pe sol două bucăți de lemn mai mari, la depărtarea de 40-50 cm unul de altul; între acestea se așază combustibilul de aprindere (așchii, paie etc.), iar peste el se așază, în formă de cruce, două bucăți de lemn mai gros, ale căror capete să se sprijine pe trunchiurile copacilor așezați pe vatră (sol) (fig. V.8).

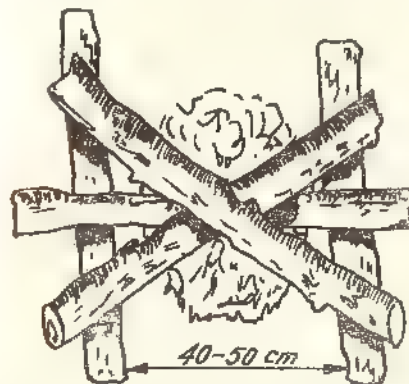


Fig. V. 8. Focul vânătoresc

Focul se aprinde în partea cea mai apropiată de sol, pentru a asigura arderea completă și uniformă a combustibilului.

h) Focul de tip baraj

Un astfel de foc se poate amenaja numai în condițiile în care se dispune de combustibil cu o grosime (diametru) de la 10 cm în sus și mai cu seamă când acesta se găsește deja tăiat și stivuit. În acest caz el va fi folosit la mărimea lui fără a mai fi tăiat și crăpat.

Trecînd la amenajarea unui astfel de foc, se va proceda astfel :

— pe locul unde s-a fixat vatra focului se introduc în pămînt patru trunchiuri de copaci, la adîncimea de 25-30 cm. Aceștia se așază paralel, doi cîte

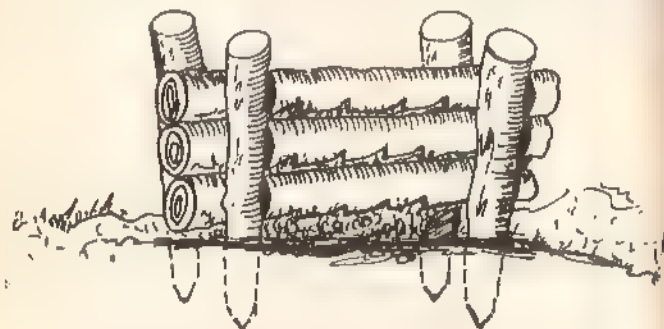


Fig. V.9. Aranjarea lemnelor în formă de baraj

doi la distanța de 70-80 cm, între ei lăsîndu-se un interval de 20-25 cm, în funcție de grosimea lemnelor folosite drept combustibil (fig. V.9) ;

focul se aprinde în partea de jos a barajului, mînd ca arderea să se facă succesiv, asemenea focului sub formă de scară înclinată.

De regulă focul tip baraj se folosește atunci cînd căptușelile sînt deschise și amenajate la suprafață.

b) Focul în formă de stea

Forma de stea a focului rezultă din așezarea a 6-7 bucăți de lemn uscat, cu un capăt în centrul vetrei și celălalt, iar cu celălalt spre exteriorul acesteia (fig. V.10)

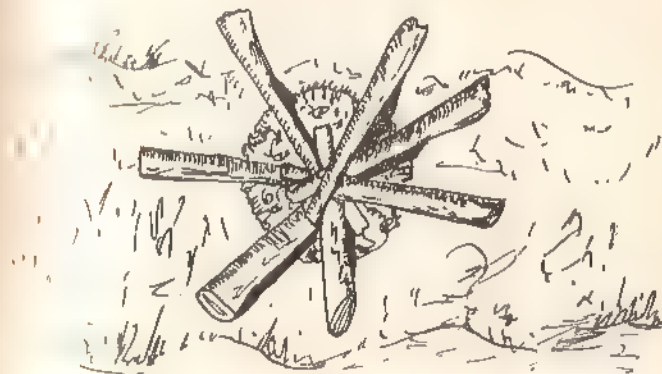


Fig. V.10. Amenajarea lemnelor sub formă de stea

Pe măsură ce capetele aflate pe vatra focului au ars, tăciunii sînt împinși pe vatră pînă la arderea lor completă.

Acest fel de foc se recomandă a fi cel mai frecvent utilizat de supraviețuitor, deoarece are un consum de

combustibil mai mic și asigură o căldură suficientă pentru încălzirea adăpostirii și pentru preparatul hranei.

j) Focul haiducesc

Focul haiducesc este indicat a fi folosit în aceleași condiții ca și focul tip grătar.



Fig. V. 11. Focul haiducesc

Pentru focul haiducesc este necesară în general o cantitate mai mare de combustibil (fig. V.11) și el se practică în situațiile când supraviețuitorul se află în zone muntoase și cu păduri, și când nu există pericolul de a fi descoperit de către inamic.

Un tip de foc constă în aranjarea lemnului sub formă de piramidă, arderea făcându-se din centrul pilei spre exterior și în sus.

Focul haiducesc poate servi pentru încălzire, prepararea hranei și semnalizarea avioanelor (elicoptere) prin fum, sau asupra prezenței supraviețuitorului sau a grupului de supraviețuitori.

k) Focul în cutie improvizată

Când supraviețuitorul dispune de o cutie de conserve (un bidon metalic) și de combustibil lichid poate face focul pentru a se încălzi sau a-și prepara hrana într-un astfel de vas.

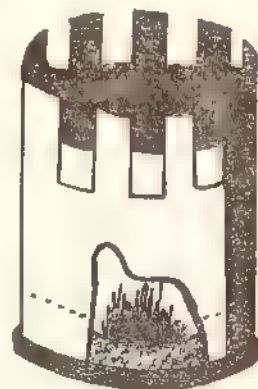


Fig. V. 12. Focul în cutie improvizată

Cutia de conserve se deschide la unul din capete, după care se fac câteva orificii dreptunghiulare în perețele lateral al acesteia, de mărimea a 2 cm fiecare (fig. V. 12).

Pentru mărirea tirajului pe timpul arderii, se poate crea un orificiu în peretele lateral al cutiei, la înălțimea la care se amenajează vatra.

Pentru aprinderea focului se pot folosi două procedee, astfel :

— prin introducerea de nisip pînă la orificiul de aprindere, peste care se toarnă benzină, motorină, petrol sau ulei ;

— se așază fișii de hîrtie, cîrpe, așchii de lemn, peste care se toarnă țitei, petrol, motorină etc. În acest caz, materialul folosit drept combustibil de întreținere a arderii trebuie să se găsească cu 3 cm deasupra țiteiului, petrolului, motorinei etc., pentru a asigura arderea corespunzătoare.

Acest fel de foc poate fi întreținut pînă la epuizarea combustibilului. Totuși trebuie multă prudență deoarece în astfel de situații există pericolul producerii exploziei.

1) Focul în primus improvizat

Pot fi situații cînd în raionul de staționare să se găsească tehnică de luptă avariata sau distrusă (mașini, avioane, tancuri, transportoare etc.).

În astfel de cazuri improvisarea unui primus se poate face din anumite piese, care se demontează de pe mijloacele respective.

Confecționarea unui astfel de primus se va face atunci cînd se dispune de timp, de materiale și cînd nu există alte posibilități de facere a focului.

Materialele din care se poate improvisa un primus pot fi : o țeavă de aluminiu, alamă, bronz sau oțel, cu o lungime aproximativă de 1,80-3 m ; un rezervor de

benzină comprimat, de benzină sau o canistră ; un racord de cauciuc de 5-10 cm, cu diametrul egal cu al țevii pentru care va curge lichidul.

Pentru confecționarea primusului se va proceda astfel : un capăt al țevii se va turti complet, pentru a se permite lichidului să curgă ; 60-90 cm din țeavă se va îndoi sub forma unui inel incomplet unit, în care se vor face 8-10 orificii pentru ieșirea lichidului ; la ceava îndoită se așază o placă de metal ; în partea de jos a rezervorului de lichid se face un orificiu de curgere, iar în partea de sus, un orificiu pentru

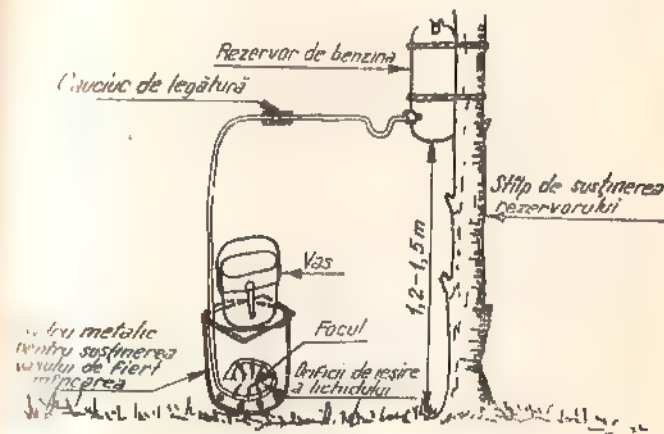


Fig. V. 13. Primusul improvizat

umplerea acestuia. Cu ajutorul unui dop de cauciuc sau de lemn, orificiul din partea superioară a rezervorului de benzină se închide (fig. V. 13).

Înainte de aprinderea primusului improvizat se va încălzi partea de jos a țevii cu orificii, pentru a face ca benzina care iese prin acestea să se transforme în vapori. După aprinderea focului această țevă se va menține caldă din cauza temperaturii date de flacără și de placa de metal pe care este așezată.

În cazul că va curge prea puțină benzină prin orificiile țevii, atunci rezervorul de combustibil se va ridica mai sus, pentru a mări viteza de cădere a acestuia.

Pe timpul cît primusul se află în funcțiune trebuie acționat cu prudență, deoarece există pericol de explozie.

3. COMBUSTIBILUL

Supraviețuitorul trebuie să știe că poate folosi ca combustibil orice materiale aflate la îndemînă în zonă, care au proprietatea de a arde. Printre acestea amintim : lemnul, cărbunii sau turba, iarba uscată, țiteiul și derivatele lui, conurile de pin și frunzele uscate, coaja copacilor, grăsimea animalelor, iasca, bălegarul uscat al animalelor, hîrtia, materialele textile, trestia uscată etc. Cel mai frecvent folosit este lemnul. În categoria lemnurilor distingem :

a) **lemnul de esență tare**, ca : stejarul, fagul, măslineul, ulmul, carpenul, salcîmul, frasinul etc., care ard încet, degajă multă căldură și produc mult jăratic ;

b) **lemnul de esență moale**, ca : salcia, arinul, teiul, plopul, castanul comestibil etc., care în general ard repede, produc puțină căldură și mult fum, iar jăraticul aproape lipsește. Mesteacănul, pinul, molidul și

leul produc flacără și căldură, dar jăraticul este puțin și se stinge repede.

Pentru aprinderea focului se pot folosi următorii combustibili : așchii de lemn uscat (în special de mesteacăn, molid, pin etc.) ; măduva socului uscat ; materiale textile îmbibate cu lichid inflamabil ; pot din plante uscate și ierburi uscate ; cuiburi de păsări ; iască uscată ; praful (rumegușul) de lemn ; produse de insecte și care se găsește sub soarța copacilor etc.

1. APRINDEREA FOCULUI

Aprinderea focului se poate face prin mijloace clasice (chibrit, brichetă) și prin mijloace improvizate : lentile de ochelari, lupe și binoclu — prin intermediul soarelui ; scînteii produse de mijloace electrice sau de materiale dure și prin frecarea lemnurilor uscate).

a) Aprinderea focului cu ajutorul razelor solare folosind lentile concave

Pentru aprinderea focului cu ajutorul razelor solare folosind lentila concavă se va proceda astfel : se montează lentila cu partea concavă spre soare și se apropie pînă ce razele solare vor fi concentrate într-un punct cît mai mic pe materialul inflamabil ; se ține în această poziție pînă ce se aprinde materialul inflamabil, după care se va proceda la aprinderea focului (fig. V. 14).

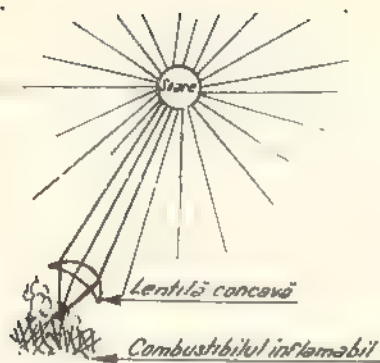


Fig. V.14. Aprinderea focului cu ajutorul soarelui și al lentilelor concave

b) Aprinderea focului cu ajutorul scintei electrice

Cînd se dispune de un acumulator (baterie) sau de un aparat telefonic de campanie se leagă două fire de sîrmă la cei doi poli și prin atingerea acestora se produce scintea, care poate aprinde combustibilul inflamabil (fig. V 15). La telefonul de campanie curentul electric se obține prin sursele sale proprii.

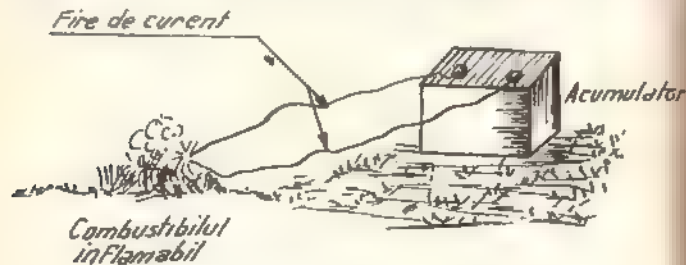


Fig. V. 15. Aprinderea focului cu ajutorul scintei electrice produse de sursele de curent

c) Aprinderea focului folosind amnarul, cremenea și iasca

Cu ajutorul unui amnar, al cremenei și al iascăi se poate aprinde focul în orice condiții atmosferice (fig. V. 16).

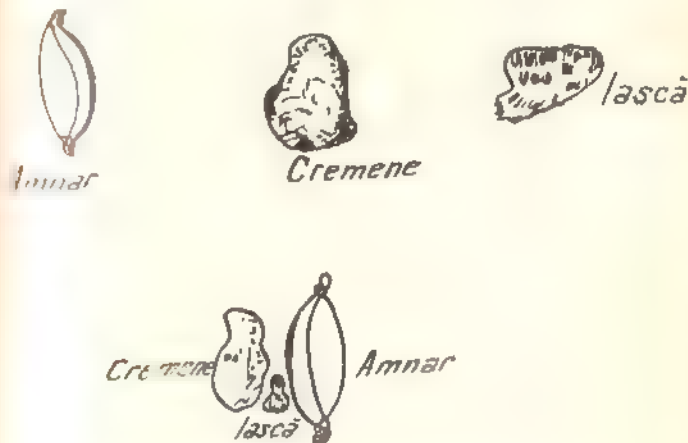


Fig. V. 16. Aprinderea focului folosind amnarul, cremenea și iasca

Scintele se obțin prin lovirea cremenei cu amnarul (cu amnar poate fi folosită lama unui cuțit sau orice bucată de oțel). Aceste scinte produse aproape de iască fac ca aceasta să ia foc. Iasca aprinsă se ține în bătaia vîntului sau se mișcă în curent pînă apare flacăra, cu ajutorul căreia se aprinde apoi focul.

d) Aprinderea focului prin frecare

Aprinderea focului prin frecare se poate face prin trei procedee : cu ajutorul unui arc, al unui băț și al unei bucăți de scîndură ; cu ajutorul unei frînghii și al unui trunchi de copac și prin frecarea a două bețe uscate.

Cu ajutorul arcului și al bățului sub formă de sfredel se procedează astfel : se improvizează un arc se procură un băț de lemn de esență tare și se ascute la capăt, sub formă de vîrf de piramidă ; se ia o scîndură uscată, tot din lemn de esență tare, în care se face un orificiu ; se așază vîrful bățului în orificiul scîndurii, iar coarda arcului se înfășoară la mijlocul bățului ; se apasă cu palma pe capătul neted

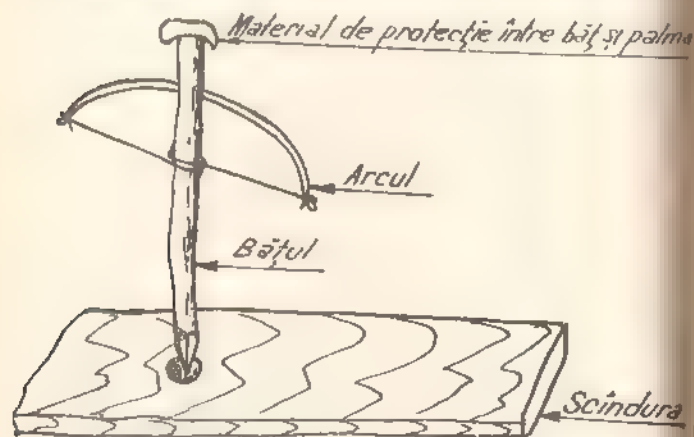


Fig. V. 17. Aprinderea focului prin frecare cu ajutorul arcului și al bățului sub formă de sfredel

... (între palmă și capătul bățului se așază un material rău conducător de căldură), se mișcă arcul în jurul unui ferăstrău, imprimîndu-i acestuia o mișcare de rotație, care, datorită frecării, carbonizează scîndura în locul respectiv, dînd naștere la fum, cînd începe să iasă fum, lîngă capătul de capăt bățului se așază iasca, pentru a se aprinde (fig. V. 17).

Cu ajutorul frînghiei și al unui trunchi de copac se procedează astfel : se alege un trunchi de copac de esență tare, pe care în apropiere de mijloc se amenajează un locaș pentru așezarea unei bucăți de iască. Se înfășoară frînghia de două ori în jurul trunchiului, în apropiere de locașul unde s-a pus iasca. Se trage alternativ de capetele frînghiei pentru a produce frecarea lemnului în apropiere de locașul unde s-a pus iasca, pînă ce aceasta se aprinde, după care se produce la aprinderea focului (fig. V. 18).

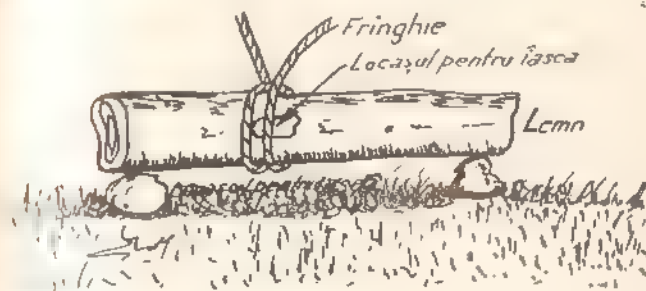


Fig. V. 18. Aprinderea focului prin frecare cu ajutorul frînghiei

Cu ajutorul a două bucăți de lemn de esență tare Acest procedeu constă în frecarea celor două bucăți de lemn pînă ce apare flacăra (fig. V. 19).

În general este un procedeu simplu, pe care un supraviețuitor îl poate folosi în orice condiții de teren, de stare a vremii și de anotimp.

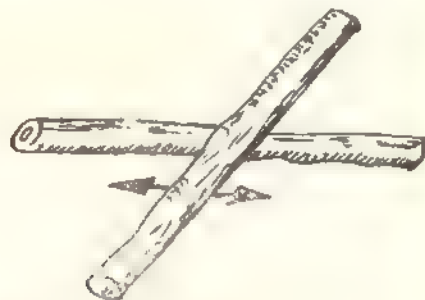


Fig. V. 19. Aprinderea focului prin frecare a două bucăți de lemn

c) Aprinderea focului cu ajutorul pulberii și al muniției

În situația cînd supraviețuitorul nu are alte posibilități pentru aprinderea focului va folosi fie muniția și armamentul de care dispune, fie parte din pulberea extrasă din cartușe. În cazul în care folosește muniția pentru aprinderea focului (considerînd că în astfel de situații supraviețuitorul nu dispune de chibrituri sau brichetă), se va proceda astfel : se desertează gloanțele a 2-3 cartușe și se scoate o parte din pulbere. Locașurile rămase goale în tuburi vor fi umplute cu vată ; cartușul se introduce în arma-

ment și se execută operațiile normale de dare a focului ; vata care va fi aprinsă și aruncată la o anumită depărtare de gura țevii va fi folosită pentru aprinderea focului.

PREVENIREA INCENDIILOR

În cazul folosirii focului se vor lua toate măsurile pentru prevenirea incendiilor. Înainte de părăsirea locului de staționare sau chiar înainte de a dormi focul va fi stins sau izolat de restul materialelor care ar putea aprinde și produce incendiul.

Pentru ștergerea urmelor, locul vetrei focului se va acoperi cu frunze, cu mușchi sau cu alte materiale din zonă, dar numai după ce inițial au fost îndepărtate cenușa și jeraticul.

PASTRAREA ȘI TRANSPORTAREA FOCULUI

Focul se poate păstra un timp îndelungat dacă se iau măsuri de încetinire la maximum a arderii, prin acoperirea vetrei focului într-un loc ferit de curenții de aer. Cînd focul nu mai este necesar o perioadă de timp, jeraticul va fi adunat și acoperit cu straturile de cenușă și apoi cu puțin pămînt. În astfel de condiții el poate fi păstrat în bune condiții și folosit ori de cîte ori este nevoie.

De regulă focul se transportă sub formă de jar. Jarul se introduce într-un vas din pămînt sau de metal, căruia i se fac cîteva orificii pentru pătrunderea aerului și menținerea cărbunilor în stare in-

candescentă. La fel de bine poate fi transportat focul folosind ca intermediar iasca, care, aprinsă, se transportă cu ușurință în locul dorit. Pe timpul transportului vasul cu cărbuni sau iasca se agită în curenții de aer pentru a evita stingerea.

VI

PROCURAREA, FILTRAREA, DEZINFECTAREA ȘI PĂSTRAREA APEI

Apa constituie una din necesitățile imperioase și indispensabile vieții. Ea reprezintă 70% din greutatea corpului. Eliminată în permanență prin secrețiile urină, respirație și transpirație, ea trebuie înlocuită treptat.

Pe baza unor experiențe practice s-a demonstrat că omul nu poate rezista fără apă decît cîteva zile, timp ce fără mîncare poate trăi cîteva săptămîni, dar nu este supus la eforturi.

Din practică a rezultat că apa necesară corpului omenesc depinde de mai mulți factori, printre care amintim: construcția organismului, clima din zona în care se trăiește, compoziția apei, eforturile la care organismul este supus etc. Spre exemplu, în ținuturile reci corpul omenesc are nevoie de aproximativ 1-2 litri de apă pe zi, pe cînd în regiunile calduroase, îndeosebi pe timpul deplasării, cînd supraviețuitorul pierde o mare cantitate de apă, sînt necesari pînă la 4-5 litri zilnic. Dacă se consumă mai puțină apă decît este necesar, rezistența supraviețuitorului scade treptat.

În condițiile supraviețuirii în zone lipsite de apă sau cînd aceasta este greu de procurat, consumul

trebuie să se facă în mod rațional, deoarece lipsa de apă în timp îndelungat poate pune în pericol viața supraviețuitorului. În cele ce urmează se fac câteva recomandări asupra consumării raționale a apei, de care este necesar să se țină seama în toate situațiile dificile.

Consumarea rațională a apei presupune :

- apa să se bea în mod sistematic, fără să se aștepte apariția senzației de sete ;
- servitul apei să se facă în general în cantități mici și la intervale regulate ;
- să nu se consume nici un fel de băuturi alcoolice ;
- nu este indicat să se consume urină sau apă de mare, deoarece concentrația de sare este prea mare și dăunează organismului.

Acest lucru impune ca supraviețuitorul să folosească toate sursele de apă potabilă descoperite, atât pentru satisfacerea nevoilor imediate, cât și pentru asigurarea unei rezerve de apă.

Cel mai bun mijloc de a menține în corp apa necesară este evitarea transpirației abundente, în special pe timpul deplasărilor executate în condiții de temperatură ridicată. Dacă supraviețuitorul consumă în astfel de situații o cantitate mare de apă, chiar dacă îi este cald, nu se recomandă să se dezbrace. Desigur, pe o căldură toridă, supraviețuitorul s-ar simți mai lejer fără cămașă sau pantaloni, deoarece transpirația se evaporă mai repede și produce senzația de răcoare, dar în acest fel corpul pierde o cantitate de apă mult mai mare. În plus, supraviețuitorul riscă să fie ars de soare. De aceea pe timpul deplasării sau al staționării la soare, el

și acopere corpul și să poarte (dacă posibil) haine de culoare deschisă, care reflectă lumina soarelui. Pe timpul zilei trebuie să stea cât mai mult la umbră și, dacă staționează în cort, să fie deschis prin mai multe părți, pentru a facilita circulația aerului.

În căldură mare deplasările se vor executa încet și cu pauze, pentru a evita transpirația și consumul unei cantități prea mari de apă.

Doar când se dispune de apă suficientă, ea se consumă atât cât este necesar ca supraviețuitorul să poată menține mai bine sănătatea și condiția fizică.

1. Procurarea apei

Apă potabilă poate fi procurată din sursele existente la suprafața solului (fluvii, râuri, izvoare, lacuri sau heleșteie), din sursele subterane (în fântini ascunse sub stratul subțire de pământ — în zonele umede), de la ghețurile din albia unor cursuri de apă în apele reci, din diferite gropi amenajate de supraviețuitori și din zăpadă, gheață, rouă, plante, fructe etc.

1. APA DE LA SUPRAFAȚA SOLULUI

Apele de la suprafața solului sînt în general ape potabile (mai puțin apele sărate, sulfuroase, poluate etc.) și constituie principala sursă de aprovizionare cu apă. Totuși folosirea acestora trebuie să se facă cu prudență și numai după o examinare prealabilă.

În afară de reperele vizibile și cunoscute care semnalează prezența unei surse de apă, există și anumiți indici, după care se pot determina locurile cu apă și care practic sînt mai greu de descoperit. Spre exemplu :

- direcția de zbor a păsărilor în timpul serii sau cîrripitul acestora într-un teritoriu semiarid ;
- orăcăitul broaștelor ;
- cărările făcute de animale (duc în general spre locul unde se află surse de apă) ;
- prezența unor porțiuni cu iarbă deasă de culoare verde închis și a pipirigului ;
- prezența stufului, trestiei, arinului, salciei, plopului etc.

Pentru consumarea apei din sursele existente la suprafața solului se va ține seamă de următoarele :

— apa se va procura în primul rînd din sursele pe care le folosește și populația locală și numai în lipsa acestora se va folosi apă din locurile unde se adapă animalele domestice sau cele sălbatice ;

— înainte de consumare, apa se va filtra prin mijloace improvizate (tifon, voalura parașutei, vată etc.), dacă nu există certitudine asupra potabilității, și se va fierbe.

În principiu apa procurată din bălți, lacuri etc. se consumă numai după ce a fost filtrată și dezinfectată prin mijloace chimice.

2. APA SUBTERANĂ

Cînd nu există nici un fel de sursă de apă la suprafața solului, supraviețuitorul va căuta să procure apa din surse subterane. Aceste surse iau naștere

pe ploile sau a zăpezilor, care, în loc să rămână la suprafață pentru a se transforma în pîraie, se infiltrează în pămînt, la mare adîncime, chiar dacă uneori solul la suprafață este uscat.

Procurarea apei din raioanele cu terenuri uscate și pîicioase (care se gasește la mare adîncime) necesită, de regulă, efort, timp și unelte de săpat.

Alegerea locului pentru forare, în vederea găsirii apei de apă subterane, se va face în principiu după următorii indici :

terenul să fie cu iarbă verde și deasă ;

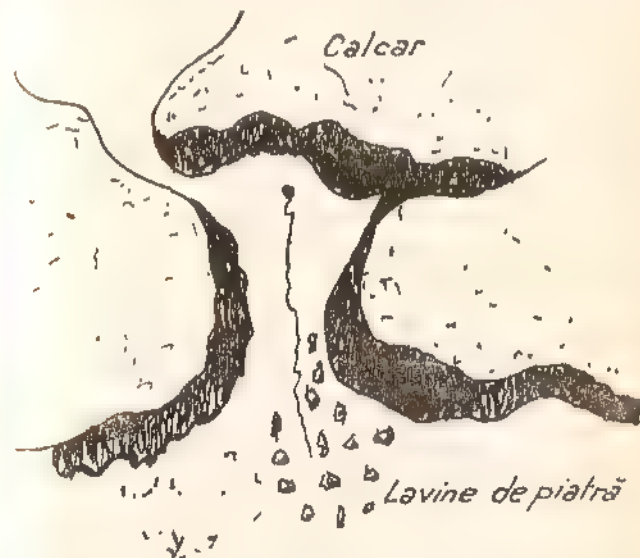


Fig. VI. 1. Indicii din care rezultă prezența apei în teren stîncos

- locul să fie sub pantă;
- să existe plante sau copaci care au nevoie de multă apă;
- să existe semne din care să rezulte că pe timpul ploaielor locul respectiv constituie un izvor, de unde ia naștere un pârâș cu debit de apă.

În terenurile stâncoase apa subterană se va căuta în locurile unde se găsește calcar și unde apar lavanele de pietre (fig. VI. 1)

Forarea unui puț în vederea găsirii apei în subteran este indicată numai în situația când nu există alte surse de apă și atunci când se impune obligativitatea de a rămâne mai mult timp în raionul respectiv.

Când supraviețuitorul acționează izolat, el își va procura apa subterană, de regulă, prin săparea unei gropi, în locurile în care se întrevede prezența acesteia.

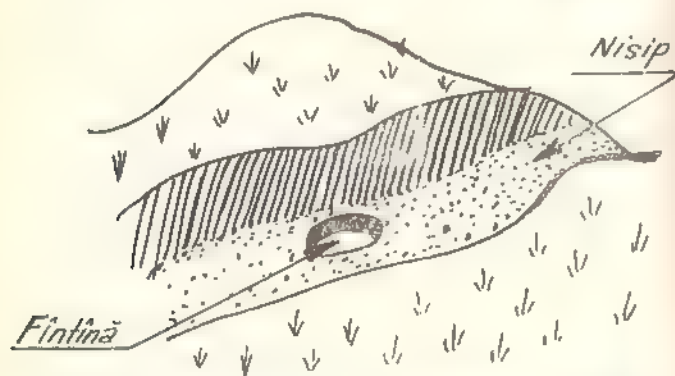


Fig. VI. 2. Săparea unei fântini pe fundul unei văi seci

...es, apa poate fi procurată cu mai multă ușurință, fără a pune probleme deosebite pentru supraviețuitor.

...pestele unei văi seci sau pe pantele laterale ale dealurilor adiacente, în timpul sezonului ploios (fig. VI. 2 și fig. VI. 3).

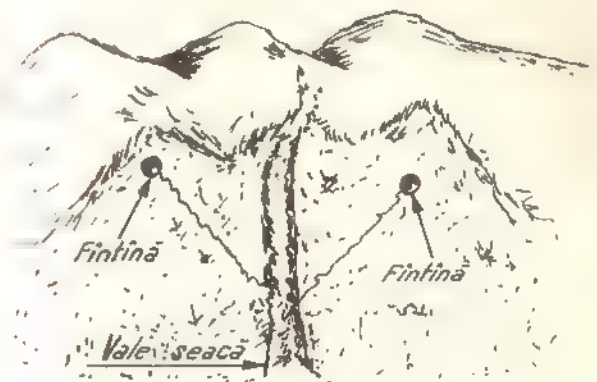


Fig. VI. 3. Săparea unei fântini în pantă

II. ALTE SURSE DE APROVIZIONARE CU APĂ

a) Apa din gheață și din zăpadă

În zăpadă, gheața și zăpada constituie bune surse de apă dacă sînt topite. De reținut că gheața conține o cantitate mult mai mare de apă comparativ cu zăpada. În acest scop se recomandă ca pentru obținerea apei să fie topită gheața (fig. VI. 4).

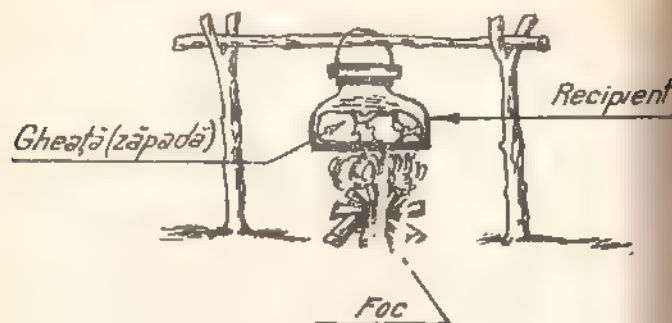


Fig. VI. 4. Topirea gheții sau a zăpezii într-un recipient

Topirea gheții sau a zăpezii se poate face într-un recipient cu ajutorul focului, al razelor solare sau prin intermediul mâinilor.

b) Apa de ploaie

În situațiile în care supraviețuitorul este obligat să staționeze un timp îndelungat în locuri lipsite de surse permanente de apă poate folosi în bune condiții apa de ploaie.

Pentru colectarea acesteia este suficient să se amenajeze o groapă, pe care să o căptușească cu pânză curată. Dacă în apropiere există copaci, apa poate fi adunată și prin colectarea picăturilor, înfășurând în acest scop o bucată de pânză curată în jurul unui copac înclinat și lăsând un capăt al acesteia într-un recipient, sau chiar direct de pe frunze (fig. VI. 5).

Folosind acest procedeu, apa poate fi procurată și de pe tulpinile și frunzele unor plante, îndeosebi plantele cu tulpina înaltă și frunzele late (fig. VI. 6).

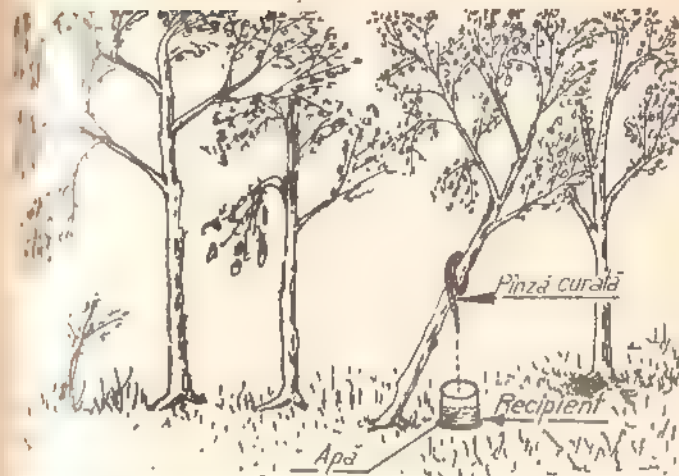


Fig. VI. 5. Procurarea apei de ploaie de pe un copac înclinat



Fig. VI. 6. Procurarea apei de ploaie de pe frunzele late ale unor plante

În toate cazurile apa de ploaie va fi filtrată printr-o pînză curată pentru a elimina impuritățile și eventualele insecte.

c) Apa din plante

Unele fructe și legume conțin o mare cantitate de apă, care la nevoie poate fi folosită în bune condiții (pepenii, castraveții, dovlecii etc.).

Printre plantele cățărătoare care conțin apă se află și vița de vie. Extragerea apei din vița de vie se poate face prin executarea unei creștături în corzile acesteia, cît mai aproape de butuc sau prin tăierea completă a corzilor în segmente de aproximativ un metru. În ambele cazuri supraviețuitorul poate să sugă apa plantei sau să o adune într-un recipient (fig. VI. 7).

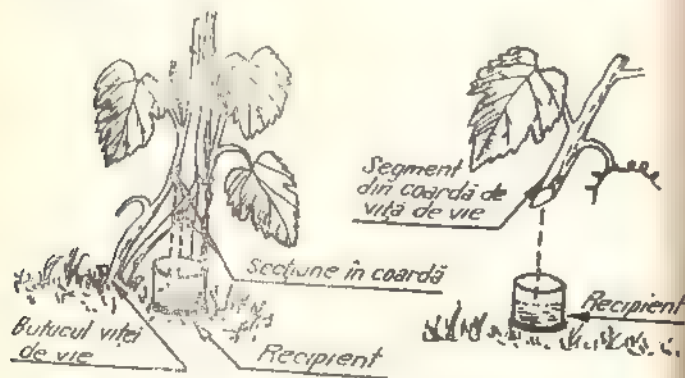


Fig. VI. 7. Extragerea apei din vița de vie

d) Apa din rouă

Apa din rouă poate fi adunată prin mai multe procedee, astfel :

- se sapă o groapă adîncă de 0,5 m și se așază în ea foaie de cort curată, cu cîteva pietre de asemenea arate ; roua depusă în cursul nopții se va transforma, cu ajutorul căldurii solare, în picături de apă, care vor fi reținute de foaia de cort ;

- se așază un recipient într-o groapă, iar deasupra acestuia se va așeza o funie, peste care vor fi așezate bucăți de metal neruginite sau pietre, de pe care roua topită se va scurge prin funie în vasul respectiv ;

- se ia o bucată de material textil curat și uscat și se tirăște prin locurile cu rouă abundentă ; cînd este îmbibat cu apă, materialul se stoarce într-un vas (operația se repetă pînă ce se adună apa necesară).

Apa rezultată din rouă va fi lăsată să se liniștească (pentru așezarea impurităților pe fundul vasului), iar înainte de consumare va fi trecută printr-un filtru improvizat.

e) Apa de mare

Folosirea apei de mare pentru băut și pentru prepararea hranei se va face numai după transformarea acesteia în apă potabilă. Aceasta se face cu ajutorul unui distilator.

Distilatorul se compune dintr-o anvelopă din material transparent. În interiorul acesteia există un material poros, care se umple cu apă de mare. Distilatorul se expune la soare, fiind așezat cu partea de jos pe suprafața apei de mare. Vaporii de apă

care ies din materialul poros se condensează pe pereții distilatorului, iar picăturile rezultate se adună în partea de jos a anvelopei.

Cu un astfel de aparat, expus o zi întreagă la soare, se pot obține aproximativ 8 litri de apă potabilă.

f) Lichidul extras din pești

Experimentările de laborator și unele acțiuni practice au dovedit că în locul apei se poate consuma lichidul obținut prin presarea peștilor. Dintr-un kilogram de pește se pot obține 200-250 g de apă potabilă. Presarea peștelui se poate face și cu mijloace improvizate.

Cea mai practică și rapidă metodă de obținere a lichidului din pești o constituie introducerea peștilor într-un săculeț de material textil (curat) și presarea acestuia deasupra unui recipient, pînă se scurge din el întreaga cantitate de lichid potabil.

B. Filtrarea apei

De obicei în apă se găsesc multe impurități, insecte și bacterii. Pentru ca apa să devină potabilă, toate acestea trebuie îndepărtate atît prin filtrare, cît și prin fierbere. Filtrarea apei se poate executa prin filtre speciale sau prin filtre improvizate (simple sau complexe).

Un filtru simplu poate fi confecționat din materialul parașutei sau din alte materiale textile (fig. VI. 8).

Un filtru nu reține în totalitate impuritățile și organismele, fapt ce impune ca înainte de turnare apa să fie dezinfectată și prin fierbere.

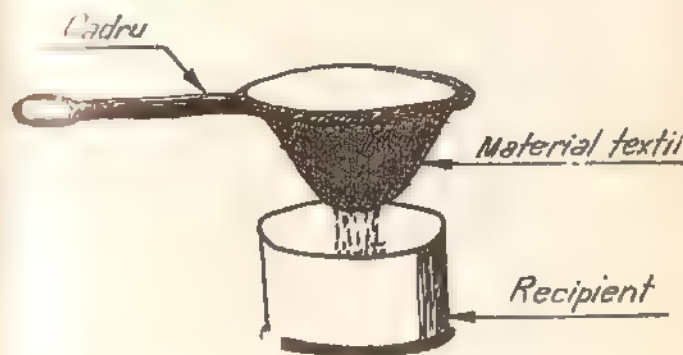


Fig. VI. 8. Filtru simplu pentru purificarea apei

Un filtru complex (fig. VI. 9) se poate improviza folosind următoarele materiale: un recipient (cutie de conservă, găleată etc.), o bucată de postav curat, ceară și pietricele curate, cărbuni din lemn, vată și o bucată de material textil curat.

Aceste materiale se așază în recipient în următoarea succesiune: pietrișul, nisipul, vata, cărbunii din lemn, materialul textil, nisipul, pietrișul și materialul textil.

În partea superioară a filtrului se lasă un spațiu sub formă de pungă, pentru turnarea apei, iar în partea de jos se creează un orificiu pentru scurgerea apei filtrate. Sub filtru se așază un vas pentru colectarea apei.

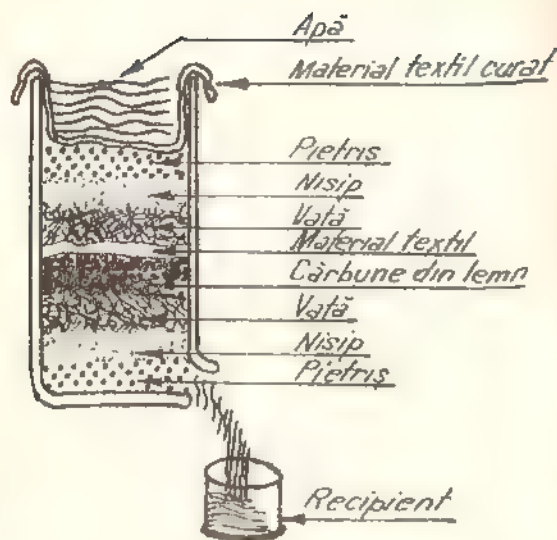


Fig. VI. 9. Filtru complex pentru purificarea apei

Înainte de consumare, apa va fi lăsată să se liniștească timp de 10-60 de minute (pentru a se depune la fundul vasului eventualele impurități), iar dacă există posibilități se va fierbe.

Pentru purificare completă, apa poate fi tratată cu substanțe chimice, respectându-se indicațiile de pe prospect.

Consumarea apei dezinfectate cu substanțe chimice se va face numai după aproximativ 30 de minute de la tratare.

C) Procedee de dezinfectare a apei

Apa impură este periculoasă pentru sănătatea omului, întrucât prin intermediul ei pot fi introduși în organism o serie de microbi, germeni ai dizenteriei, holerei și ai febrei tifoide. În cazuri excepționale, apa impură se poate consuma, dar numai după ce a fost fiartă la 100°C cel puțin 1 minut (sau 10 minute) sau prin folosirea tabletelor pentru dezinfectarea apei.

Pastilele folosite la dezinfectarea apei au la bază compuși halogeni ca : iod, brom, clor. O astfel de pastilă este un amestec format din aproximativ 4 părți de iodură de potasiu și o parte de bromit de sodiu (cu o pastilă de aproximativ 1,5 grame se pot trata circa 20 l apă în 15 minute. Pastilele care au la bază sărurile de iod sînt compuse obișnuit din 0,0106 grame de iodură de potasiu și 0,0106 grame de bromit de sodiu. Unele pastile formate din compuși organici ai iodului asociați cu acid tartric prezintă avantajul că se dizolvă mai ușor în apă, eliberează iodul într-un interval de timp mai scurt și sînt stabile la depozitare timp îndelungat.

În afara pastilelor menționate, pentru dezinfectarea apei se poate utiliza și tinctura de iod în proporție de 1-2 picături la un litru de apă.

Dezinfectarea apei se mai poate realiza și cu clorul de var sau cloramină. De regulă o pastilă de cloramină conține 6 mg substanță clorurată, cu care se poate dezinfecța 1 litru de apă.

hipermanganatul de potasiu poate fi utilizat la dezinfectarea apei. Pentru dezinfectarea unui litru de apă se folosește 0,06 g, iar distrugerea agenților

patogeni se face în 10-15 minute de la dizolvarea în apă.

Pentru dezinfectarea apei se pot folosi și amestecuri formate din hipermanganat de potasiu, bioxid de magneziu, talc și carbonat de calciu. Pentru dezinfectarea a doi litri de apă se folosește o pastilă care conține: 0,12 g hipermanganat de potasiu, 0,1 g bioxid de magneziu, 0,54 g talc și 0,04 g carbonat de calciu.

D. Păstrarea și transportul apei

Pot fi situații în care procurarea apei să constituie o problemă deosebit de dificilă. În vederea evitării lipsei de apă, mai ales atunci când se întrevede ca staționarea să se execute un timp îndelungat în raioane fără surse de apă, este necesar să se ia toate măsurile pentru asigurarea unei cantități de apă ca rezervă.

Ea se poate păstra în containere curate, vase de diferite forme și capacități, gori căptușite cu diferite țesături impermeabile, saci confecționați din material plastic etc.

Transportul apei se poate face cu ajutorul mijloacelor uzuale (bidoane, sticle, burdufuri) sau improvizate (cutii de conserve, saci din material impermeabil, din material plastic, piei de vită, foi de cort și chiar confecționate din diferite fructe, plante etc. — dovleci, pepeni, bambus, trestie, soc etc.).

VII

PROCURAREA, CONFECTIONAREA ȘI FOLOSIREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

I. PROCURAREA MATERIALELOR

Materialele necesare pentru confecționarea echipamentului improvizat se pot procura în funcție de locurile în care se găsesc militarii și de posibilități. În general se pot procura și folosi următoarele materiale:

a) prelatele, husele și materialele cu care sînt tapitate scaunele și canapelele, precum și alte materiale textile și de pielărie care se găsesc la avioanele și autovehiculele avariate pe cîmpul de luptă;

b) parașutele și ambalajul unor materiale parașutate;

c) echipamentul, ranițele, foile de cort etc., rămase de la militarii decedați sau găsite în raioanele de staționare a trupelor sau unde au avut loc acțiuni de luptă;

d) pături, cojoace, lenjerie de corp și de pat și alte materiale care se găsesc la cabane turistice, case, cantoane (silvice și de cale ferată), în localitățile părăsite de populație, în peșteri etc.;

e) materialele de echipament găsite în diferite depozite părăsite;

f) blana și pieile animalelor domestice sacrificate pentru asigurarea hranei, precum și a animalelor sălbatice vîinate;

g) tulpinile și capsulele din culturile de in, cânepă și bumbac;

h) fulgii păsărilor, paiele, frunzele uscate, finul câlții, mușchii copacilor, hîrtia și alte materiale găsite sau procurate.

2. CONFECTIONAREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

a) Din prelate se pot confecționa ranițe, saci, corturi individuale. Curelele pentru port pot fi improvizate din resturi de chingi sau confecționate din același material. La nevoie se pot folosi și sfori mai groase.

Cortul individual poate fi realizat din 2-3 foi de cort sau în lipsa acestora se pot întrebuița o bucată de prelată, pînză din parașută, material plastic sau alt material care se găsește la îndemînă.

Bucăți din prelată sau foi de cort se mai pot folosi ca așternut și chiar pentru învelit.

b) Din huse și materialul plastic de la scaune se pot confecționa ranițe, saci, sandale și bocanci improvizați, după imaginația fiecăruia. Fetele bocancilor se confecționează după posibilități din două sau mai multe bucăți. Talpa poate fi din lemn sau luată de la alți bocanci care au fetele degradate.

c) Materialele subțiri găsite în avioanele și autovehiculele avariate pot fi folosite la confecția cămășilor, indispensabililor, obielelor și altor articole de lenjerie. Cel mai simplu sistem pentru croirea și confecționarea unei cămăși este dublarea țesăturii în mărimea dorită. Se cos părțile laterale și partea de

spate după care se taie deschizăturile pentru cap și

d) Din componentele parașutei se pot confecționa articole de îmbrăcăminte și încălțăminte, ca: căciuli, șosete, pelerine de ploaie, cămăși, obiele, dișuri, papuci și altele.

În lipsa pînzei parașutei sau din alte țesături se pot confecționa saci de dormit. Sistemul de confecționare al acestora este simplu. Se confecționează 2 saci de mărimi diferite, care apoi se introduc unul în altul. Primul trebuie să aibă lungimea egală cu înălțimea unui om, iar lățimea de 80-100 cm (funcție de înălțimea militarului care-l folosește). Al doilea trebuie să fi mai mic, avînd lungimea și lățimea cu 10-15 cm mai mică decît primul. Se introduce sacul mai mic în cel mare, se pun în spațiul dintre saci bucăți de țesătură, fulgi sau alte fibre (la nevoie chiar deșeu de materiale, fin, paie, mușchi uscat etc.), care se ținează într-un strat egal pe toată suprafața. Fixarea acestora între cele două părți ale sacului de dormit se face printr-o matlasare simplă sau o ciubucă la fel ca la saltea. Gura sacului se îndoaie sub forma de tiv, prin care se introduce un șiret sau o funie pentru strîngere.

e) Blana ovinelor și cabalinelor se folosește pentru confecționarea unor veste îmblănite sau în cazul cînd se dispune de mai multe piei se pot căptuși (îmblăni) mantalele, scurtele etc.

De asemenea, se mai pot confecționa cojoace pentru dormit pe timp de iarnă, cizme sau bocanci îmblăniți.

Blana animalelor sălbatice se folosește în mod asemănător ca și blana animalelor domestice.

Pielea animalelor domestice sacrificate sau a animalelor sălbatice vinate trebuie frământată cu mîna, presărată cu sare și apoi uscată la soare, vînt, aer liber sau foc.

După uscare, pielea trebuie afumată pentru ca în contact cu apa să nu putrezească. Din aceasta se pot confecționa bocanci, cizme, sandale sau alte articole de echipament, care se căptușesc, în funcție de posibilități și de anotimp, cu blană sau pînză.

f) Materialele de echipament găsite la cabane turistice, cantoane, stîni, peșteri sau în localitățile părăsite de populație etc. se folosesc așa cum sînt sau se pot confecționa din ele articolele necesare de echipament improvizat.

g) Tulpinile de in și cîneapă prelucrate pot fi folosite în bune condiții la confecționarea diferitelor obiecte. După topire și uscare se înlătură partea lemnoasă, iar din fuiorul rezultat pot fi împletite sfori, funii etc.

În cazul cînd în regiunea unde se află militarul se găsesc culturi de bumbac, puful din capsulele coapte poate fi adunat și folosit pentru vătuirea echipamentului (pe timp de iarnă) sau căptușirea sacilor de dormit etc.

h) Fulgii păsărilor, palele, finul, frunzele uscate, cîlții, mușchii copacilor etc. se pot folosi, de asemenea, ca materiale de umplutură pentru sacii de dormit, perne, saltele, ca simplu așternut sau alte întrebuințări.

i) Din materialul plastic transparent, procurat de la avioanele sau mașinile avariate în timpul luptei, se pot improviza ochelari de soare.

FOLOSIREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

a) Problema principală pe care o ridică supraviețuirea pe timp de iarnă este asigurarea unui echipament adecvat (gros, călduros, impermeabil, lejer, uscat și curat), care să protejeze corpul împotriva intemperiilor.

Partile expuse cel mai frecvent intemperiilor sînt capul, mâinile și picioarele. Pentru a înlătura pericolul evenimentelor degerături este necesar ca protecția lor să fie asigurată în permanență.

Încălțămîntea trebuie să fie suficient de largă pentru a permite îmbrăcarea a două perechi de ciorapi și a obielelor. De asemenea, în bocanci se pot introduce iarbă uscată, paie, mușchi, fulgi, hîrtie etc.

În lipsă de încălțăminte, la nevoie se pot confecționa bocanci sau cizme din paie împletite sau din hîrtie, care se poartă numai cînd zăpada este înghețată.

În afară de încălțăminte, hîrtia mai poate fi introdusă între corp și cămașă, pentru a absorbi transpirația și a feri corpul de răceală.

Din hîrtie se pot confecționa glugi, măști pentru protecția feței și veste care să fie îmbrăcate pe sub veston.

Vata, cîlții, lîna și alte fibre se folosesc în general pentru căptușirea echipamentului sau improvizarea unor veste matlasate care se poartă sub veston.

b) Transportarea unor obiecte (lucruri) se poate face:

cu ajutorul sacilor și al ranițelor improvizate; prin împachetarea lor în voalura parașutei, în bucăți de prelată, în foi de cort etc.

Funcție de obiectele de transport, împachetarea se face în așa fel, încît să permită o deplasare cît mai ușoară și comodă. În acest scop, materialele se vor împacheta într-unul sau mai multe colete, astfel ca așezarea lor să nu incomodeze pe supraviețuitor. De asemenea, se va avea în vedere ca obiectele dure să fie așezate în partea de jos, iar cele fragile, în partea de sus a pachetelor așezate în formă de sul. Din chingile parașutei sau diferite curele se improvizează hamul de care se prind pachetele și care se fixează pe umerii și pieptul supraviețuitorului. Chingile între ele se leagă cu suspante în așa fel încît să nu formeze noduri proeminente, care ar putea produce eroziuni.

Celelalte materiale arătate la punctele 1 și 2 se folosesc în funcție de situație.

Important de reținut este faptul că în asemenea împrejurări, supraviețuitorii trebuie să dea dovadă de multă fantezie și de îndemînare în improvizarea mijloacelor respective, deoarece în acest domeniu nu se pot indica rețete tip de aplicare întocmai a unor procedee.

VIII

ALIMENTELE DE ORIGINE VEGETALĂ CARE POT FI FOLOSITE PENTRU A SUPRAVIEȚUI

Într-o situație în care supraviețuitorul să nu dispună de alimente în cantitatea necesară unei hrăniri normale. În astfel de cazuri hrănirea va trebui să ia aspectul unui regim combinat, atît cu alimente preparate existente asupra sa, cît și folosind diferite plante (sau fructe) comestibile existente în zonă, vînat sau pescuit. Acest lucru impune ca rațiile de alimente de care dispune supraviețuitorul să fie economisite la maximum.

În ceea ce privește hrana vegetală sau animală necesară a fi procurată din zonă, ea va depinde în funcție de natura regiunii (relief, climă, timp) și de alți factori care favorizează creșterea și popularea acestor plante și animale.

De regulă, plantele sînt mai răspîndite decît animalele și în acest caz este recomandabil ca primul loc în hrana supraviețuitorului să-l ocupe plantele și să se ajute cu atît mai mult, cu cît ele asigură organismului și vitaminele necesare.

Plantele care se pot utiliza în hrănire pot fi cultivate sau sălbatice.

Plantele cultivate sînt în general bine cunoscute și constituie surse bogate de hrană. Spicele culese din

cîmpurile cu cereale pot fi consumate crude, preparate sau uscate.

Spre exemplu : cartofii, sfecla, varza, mazărea, ardeii, roșiile, castraveții, morcovii și ridichiile se pot minca de asemenea crude sau preparate. Se recomandă însă ca să fie curățate de coaje și spălate, pentru a se elimina pericolul infectării cu microorganismele provenite din anumite îngrășăminte.

În ceea ce privește plantele sălbatice, este bine ca supraviețuitorul să posede minimum de cunoștințe pentru a ști să facă deosebire între plantele toxice și cele comestibile. În acest sens enumerăm mai jos cele mai obișnuite rădăcinoase și buruieni comestibile ce se pot întîlni în mod frecvent.

1. RĂDĂCINI ȘI TUBERCULI

Cerentelul (fig. VIII 1) are frunzele late, tăiate în trei locuri, și cu două aripioare la bază, iar florile sînt mici, de culoare galbenă, așezate în virful ramurilor.

Crește în păduri, tufișuri și locuri umbroase, pe lîngă ziduri, șanțuri și pe terenuri pietroase.

Rădăcina scoasă primăvara sau toamna se poate folosi la supe.

Se pot folosi și frunzele verzi, dar înainte de înflorire.

Chimionul (fig. VIII 2) este o mică plantă ierbacee, cu flori mici albe-liliachii, cu fructe comestibile aromatice. Crește pe cîmp, îndeosebi în pămînt nisipos, pe marginea drumurilor, pe terasamente de cale ferată, drumuri de munte etc. Este asemănător cu morcovul și înfloarește în lunile mai și iunie.

Plăcutul poate fi folosit la prepararea de supe, ciorii, la condimentarea unor alimente cît și la prepararea unor băuturi.

Rădăcina, de asemenea, dacă este scoasă primăvara sau toamna și fiartă în apă sărată, poate fi consumată ca salată, în supe sau în mîncăruri.

Ogoarea (fig. VIII 3) crește pe marginea drumurilor, la șanțurilor, pe ogoarele necultivate, pe pășuni și în locuri însorite, este o plantă înaltă, cu rădăcini groase și flori marginale mari.

Înfloarește din iulie pînă în octombrie. Frunzele tinere pot fi folosite la salată, supă sau mîncăruri, înlocuind spanacul.

În rădăcina scoasă în luna septembrie se poate face salată, supă și chiar mîncare, dacă mai întîi este fiartă. De asemenea, rădăcinile servesc la prepararea drogatului de cafea.

Păpădia (fig. VIII 4) este o plantă foarte răspîdită. Se găsește prin pajiști, la marginea drumurilor, pe cîmpuri, pînă în regiunile subalpine.

Frunzele formează o rozetă culcată aproape pe suprafața solului.

Florile sînt de culoare galbenă și înfloarește din aprilie pînă în octombrie.

Frunzele pot fi consumate sub formă de salată.

De asemenea, rădăcina scoasă primăvara sau toamna se taie în felii subțiri și se face salată sau se pune în supă.

Păstîrnacul (fig. VIII 5) este o plantă înaltă, cu tulpina ramificată, frunze mari, iar florile grupate în umbrele compuse.

Înfloarește în iulie-august, iar fructele au o formă lat elipsoidală, crește pe cîmpii puțin umede, pe mar-

ginea șanțurilor și a drumurilor, prin pășuni și semă nături pînă în regiunea montană inferioară.

Rădăcina scoasă toamna sau iarna este foarte bună pentru salată sau pentru supă.

Întrucît rădăcina păstîrnacului sălbatic are o aromă mai puternică decît a păstîrnacului cultivat, se recomandă ca înainte de întrebuințare să fie bine spălată cu apă fierbinte și sărată.

Țița caprei (fig. VIII 6) crește pe cimpuri umede și la marginea drumurilor, în poieni, pe lîngă tufișuri. Înflorește din mai pînă în iulie.

Este plantă cu suc lăptos, cu tulpină simplă și uneori ramificată, iar frunzele în formă liniară.

Din rădăcina scoasă toamna se poate prepara salată.

Din rădăcină și cocean, folosite atunci cînd planta încă nu este înflorită, se face o mîncare foarte gustoasă.

2. FRUCTE, BACE, BOABE

Foarte multe din fructele cunoscute există și în stare sălbatică, dar ele nu prezintă nici o dificultate în identificare. Dintre acestea se pot enumera: castanele, jirul, fragii, merele sălbatice, murele, căpsunile, moșmoanele, alunele, perele, prunele și cireșele.

O serie de alte fructe, care în mod obișnuit sînt neglijate, prezintă un interes deosebit pentru supraviețuitori, ca de exemplu: afinele, merișoarele, bacele roșii de sparanghel, păducelul (arbust spinos cu flori albe și fructe globulare roșii), ghinda, fructele de soc (negre sau roșii), grăunțele de la baza solzilor fructului de pîn ș.a.



Fig. VIII. 1. Cerențelul



Fig. VII. 2. Chimionul



Fig. VIII. 3. Cicoarea



Fig. VIII. 4. Păpădia



Fig. VIII. 5. Păstîrnacul

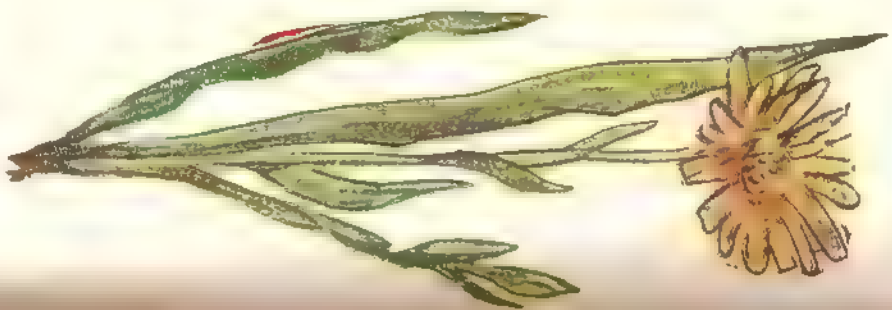


Fig. VIII. 6. Țîța caprei



Fig. VIII. 7. Bănușii

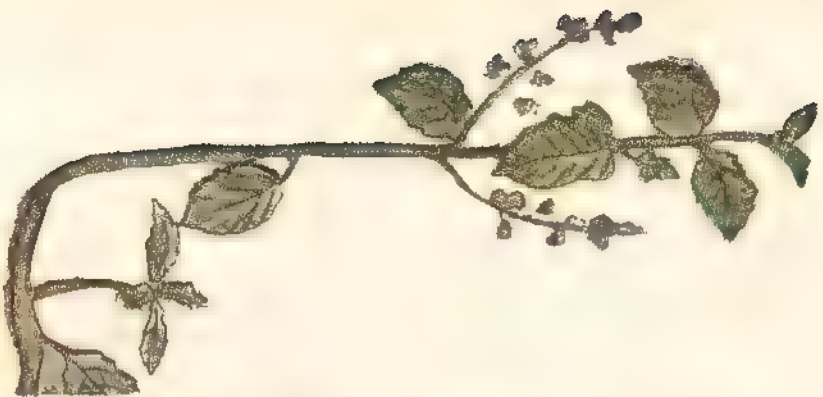


Fig. VIII. 8. Bobornicul



Fig. VIII. 9. Busuiocul sh



Fig. VIII. 10. Cebareea



Fig. VIII. 11. Cresonul

Fig. VIII. 12. *Crugatea*



Fig. VIII. 13. *Felice*



Fig. VIII. 14. *Hamelul*





Fig. VIII. 16. Iarba grasă



Fig VIII. 16. Lîmba mielului

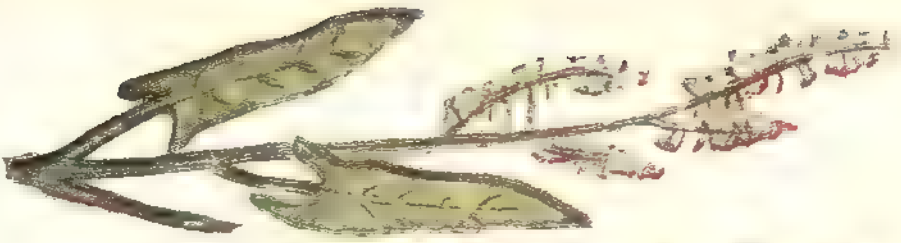


Fig. VII. 17. Măcrișul



Fig. VIII. 18. Năstureiul



Fig. VIII. 19. Răscogaie



Fig. VIII. 20. Ridichea săbatică



Fig. VIII. 21. Silnicul



Fig. VIII. 22. Sugelul alb



Fig. VIII. 23. Tătăneasa



Fig. VIII. 24. Traista ciobanului



Fig. VIII. 25. Unțisorul



Fig. VIII. 26 Ciuperci comestibile:
 1 - minătarcă; 2 - păstrăv; 3 - burete șerpesc; 4 - burete
 perucă; 5 - burete galben; 6 - minătarcă; 7 - creasta cocoșului
 8 - burete de stejar; 9 - ghebe; 10 - sbirciog; 11 - burete de mui
 12 - urechea-babei; 13 - ciupercă de bălegar



Fig. VIII. 27. Ciuperci necomestibile și veninoase:
 1 - burete de țîrș; 2 - ciupercă albă; 3 - burete pestriț; 4 -
 hrîb țigănesc; 5 - burete puturos; 6 - gogoasă; 7 - buretele
 cerbilor; 8 - băloșel; 9 - bureți poroși

FRUNZE, MLĂDIȚE ȘI MUGURI TINERI

Canuții (fig. VIII 7) cresc prin finețe, livezi și pășuni. Au o înălțime de aproximativ 15 cm. Florile sunt albe, trandafirii și în mijloc galbene.

Înfloresc din aprilie până în septembrie.

Din frunze se prepară supe și salate, în special în amestec cu alte buruieni comestibile.

Bobornicul (fig. VIII 8) este o plantă cu tulpina erectă, groasă și găunoasă, crește prin locuri umede (bucini, piraie) și pe malul apelor. Are flori mici, albe. Înfloreste din mai până în septembrie.

Frunzele se folosesc ca salată, amestecate cu alte plante, sau în mâncăruri înlocuind frunzele de spanac, fiind tot atât de gustoase și bogate în acid ascorbic.

Busuiocul sălbatic (fig. VIII 9) crește pe cimpii și pe tufișuri, ogoare necultivate și la marginea pădurilor.

Înfloreste din iunie până în septembrie.

Frunzele tinere, adunate înainte de înflorire, se folosesc în pregătirea salatelor, la un loc cu alte buruieni.

Cebareea (fig. VIII 10) crește pe coasta dealurilor, la izlăzirea pădurilor și în tufișuri.

Frunzele adunate din luna martie și până în luna mai se folosesc drept condiment în supe și ciorbe.

Cresonul (fig. VIII 11) se cultivă obișnuit pentru frunzele lui comestibile. Planta neînflorită se folosește ca salată, sau ca adaos la salate făcute din alte buruieni, în supe sau în mâncăruri.

Crușatea (fig. VIII 12) crește peste tot, în special pe locurile umede, pe marginea șanțurilor și a râurilor. Este o plantă erbacee, cu flori galbene-cenușii și cu frunze amărui, comestibile.

În zilele de iarnă fără zăpadă se taie frunze proaspete, înainte de înflorire, și se consumă ca lăptășă, înlocuind spanacul la mâncare.

Fetica (fig. VIII. 13) este o buruiiană mică cu flori albe-albăstrui care crește în locuri cultivate și în locuri umede. Înfloarește din aprilie până în iunie.

Frunzele tăiate se vor lăsa până a doua zi când foarte bine spălate se pot consuma la ciorbe, supe sau salate.

Hameiul (fig. VIII. 14) crește și sălbatic, în tufărișuri, pe lângă garduri și pe malurile râurilor. Este o plantă agățătoare, cu flori verzui ale cărei seminte sunt aromatice și amare pot fi întrebuințate și la fabricarea berei.

Înfloarește din iunie până în august.

Vlăstarele tinere sînt foarte gustoase și se pot folosi la supe și mîncăruri.

Iarba grasă (fig. VIII. 15) crește de obicei pe locuri nisipoase.

Înfloarește din iunie și până în august și chiar septembrie.

Frunzele și vlăstarele tinere adunate înainte de înflorirea plantei sînt foarte bune pentru salate sau chiar în supe, borșuri și ciorbe.

Limba mielului (fig. VIII. 16) crește, fie cultivată fie sălbatică.

Frunzele tinere au gust de castravete și sînt foarte bune pentru salată.

Și florile sînt bune de pus în orice fel de mâncare.

Înfloarește din iunie până în septembrie.

Măcrișul (fig. VIII. 17) se găsește cu ușurință prin fînețe, lunci, până în regiunea montană.

Frunzele au un gust plăcut, acru răcoritor.

În frunzele tinere adunate primăvara și toamna pot face salată, supă sau alt fel de mâncare. Din punctul de vedere al gustului acru este bine ca frunzele să fie consumate împreună cu alte plante.

Născurelul (fig. VIII. 18) este o plantă mică, verde, cu tulpini roșii, cu frunzele ca de pelin, avînd în vîrfurile tulpinilor numeroase flori mici, albe, care înfloresc puțin toamna tîrziu.

Este întrebuințată ca salată.

Are proprietăți diuretice și antiscorbutice.

În primăvară și pînă în toamnă vlăstarele tinere și florile pot fi folosite pentru salată sau pot fi folosite în mîncăruri, înlocuind spanacul.

Răcoarele (fig. VIII. 19) crește în locurile bine umede de soare, însă cu suficientă umezeală, cum sînt și luminșurile de pădure, diguri și dealuri nisipoase.

Vlăstarele tinere din primăvară se pot întrebuința ca salată, sau legume pentru pus în mâncare.

Din frunze se pot face salate sau supe.

Ridichea sălbatică (fig. VIII. 20) crește prin locuri cultivate și necultivate, prin răzoare, pe marginea tîrmurilor. Nu trebuie asemănată cu muștarul de câmp de care se deosebește prin aceea că este mai omifecată, la vîrf, iar frunzele de la bază sînt creslate.

Înfloarește în lunile iunie-iulie.

Frunzele adunate înainte de înflorire, singure sau amestecate cu alte buruieni, se folosesc la supă, salată sau înlocuiesc în mîncăruri spanacul.

Sîlnicul (fig. VIII. 21) este o plantă micuță, tîrîtoare, cu frunzele rotunde și crestate pe margini.

Frunzele frecate între degete lasă un miros plăcut, asemănător cu cel de lămâie. Crește prin păduri, tufărișuri, finețe, locuri umbrite și umede și pe malul apelor până la regiunile subalpine.

Înflorește din martie până în iunie.

Frunzele se adaugă la salatele făcute din alte plante, la supe sau înlocuiește spanacul. Se poate face salată numai din frunze.

Sugulul alb (fig. VIII. 22) crește aproape peste tot pe lângă drumuri, pe răzoare, prin tufărișuri, pe lângă ziduri etc.

Înflorește din mai până în octombrie.

Frunzele se aseamănă foarte mult cu urzica adăvărată, dar nu sînt urzicătoare.

Culese, ele se pot adăuga în mîncărurile care se prepară și mai cu seamă în cele gătite cu sos.

Tătăneasa (fig. VIII. 23) este o plantă cu frunze mari, late și lungi, ascuțite la vîrf, cu flori roșiatice sau albe. Crește pe cîmpii, în locuri umede, în șanțuri, pe malul râurilor și la marginea pădurilor.

Înflorește din mai până în iulie.

Frunzele tăiate primăvara pot fi folosite ca salată și legume. Se pot pune în supă și în mîncăruri, înlocuind spanacul, fără a se adăuga și alte plante.

Traista ciobanului (fig. VIII. 24) este o plantă mică cu rădăcina pivotantă.

Crește în grădini și pe marginea drumurilor.

Înflorește din martie până tîrziu în octombrie.

Frunzele tinere și fragede, amestecate cu alte frunze de buruieni, pot fi folosite în supe, mîncăruri sau salate.

Untișorul (fig. VIII. 25) are frunze verzi, cu un luciu metalic.

Crește în locuri umede și umbroase, în tufărișuri, la marginea pădurilor și pe pășuni.

Înflorește din martie și până în mai.

Frunzele tinere adunate înainte de înflorire sînt foarte gustoase și pot fi folosite la salată, în supe sau ciorbe, amestecate și cu alte buruieni. În mîncăruri pot înlocui foarte bine spanacul.

Detalii a se vedea la anexa nr. 1.

1. CIUPERCILE

Ciupercile sînt plante care fac parte dintr-una din principalele încręgături ale regnului vegetal și cuprind specii numeroase și variate.

Din cele cîteva sute de soiuri de ciuperci sălbatice, unele sînt comestibile. Totuși, pentru a evita îmbolnăvirile, supraviețuitorul trebuie să posede unele cunoștințe care să-l ajute în recunoașterea acelor care pot fi folosite pentru mîncare.

În culegerea și pregătirea lor pentru consum trebuie să se aibă în vedere următoarele :

- să nu se culeagă ciuperci cu valvă (cu inel sau colier la partea superioară a piciorului, de forma unei jumătăți de coajă de ou) ;

- să se înlăture toate ciupercile bătrîne sau viermănose, precum și cele prea tinere, care pot fi confundate cu greu și există o cît de mică îndoielă ;

- să nu se recolteze ciuperci necunoscute ;
- ciupercile destinate pentru consum să se frigă în mod obligatoriu.

Speciile de ciuperci comestibile cele mai obișnuite sînt : mînatărcile cu mulți pori pe fața inferioară a

pălăriei, trufele (subterane), ciupercile sub formă de gogoși aproape rotunde de culoare albă sau cafenie, bureții sub formă de cupă de coral sau spongioși. În fig. VIII. 26 se prezintă o parte din ciupercile care sînt cel mai frecvent folosite în consum.

Există însă și ciuperci care conțin otrăvuri puternice ce pot provoca moartea consumatorilor. De exemplu, bureții pestriți, care au pălăria roșie cu pete albe.

Dar culoarea nu constituie întotdeauna un indiciu sigur pentru deosebirea ciupercilor comestibile de cele otrăvitoare.

Ciupercile toxice mai pot fi recunoscute și după gustul și mirosul lor, care în general este neplăcut.

În fig. VIII. 27 se prezintă o parte dintre ciupercile necomestibile și veninoase.

Detalii a se vedea la anexa nr. 2.

IX

PROCURAREA ALIMENTELOR DE ORIGINE ANIMALĂ

Pentru ca în organism să existe în permanență un echilibru privind vitaminizarea acestuia este necesar ca în consum, alimentele de origine vegetală să se amestece cu cele de origine animală. Hrana pregătită din alimente de origine animală este mult superioară din punct de vedere nutritiv, datorită conținutului bogat în proteine și grăsimi.

Trebuie reținut însă că, spre deosebire de hrana vegetală, cea animală ridică mult mai multe greutăți privind procurarea ei.

În condițiile de supraviețuire, cînd militarul este pus în situația să învingă o serie de greutăți în asigurarea hranei, el trebuie să cunoască și să știe care sînt metodele și mijloacele care se tirăște, înoată sau zboară poate constitui o sursă posibilă de hrană.

Animalele și mijloacele de prindere a acestora se pot clasifica astfel :

mamifere comestibile : iepurele, căprioara, mistrețul, cerbul, capra sălbatică, șobolanul, șoarecele etc.
Mijloacele de prindere cele mai indicate sînt: lațul, aruncatul prin locurile de trecere a acestora, plasa și pușca împușcare ;

— **păsările** — toate sînt comestibile : fazanul mierla, rața, ciocîrlia, bogața, gaița, sitarul, potîrnicheea, porumbelul sălbatic etc. **Se prind** cu : lațuri, capcane sau cu clei. De asemenea trebuie reținut că toate ouăle de păsări sînt comestibile ;

— **peștii și crustaceele** — toți sînt comestibili. **Prinderea** lor se face cu : undița, plasa, năvodul, sticla și chiar cu mîna etc. ;

— **moluștele, broaștele și reptilele** sînt comestibile, însă trebuie preparate cu grijă, deoarece sînt foarte ușor alterabile. **Broasca** răioasă este comestibilă, cu condiția să fie jupuită cu grijă, deoarece pielea ei conține glande veninoase. **Serpii** sînt comestibili, în special cei de apă. **Serpii veninoși** (viperele) pot fi mincați dacă li se taie capul pentru a li se înlătura glandele cu venin. **Prinderea** lor se poate face cu plasa sau cu mîna ;

— **insectele** pot constitui de asemenea bune surse de hrană.

1. MODUL DE FOLOSIRE A MIJLOACELOR IMPROVIZATE PENTRU PRINDEREA MAMIFERELOR ȘI A PĂSĂRILOR

Capcanele întrebuintate în mod frecvent sînt cele căzătoare și sub formă de arc cu momeală (fig. IX. 1).

Pentru a instala o capcană trebuie mai întîi să se ia toate măsurile pentru a înlătura orice miros suspectibil care poate îndepărta animalele de acest loc. Capcana se spală cu apă clocotită sau cu leșie din cenușă de lemn, se clătește bine de mai multe ori, apoi se ascunde sub un strat de frunze uscate. Orice manipulare a ei se va face numai cu ajutorul unor

belișoare sau cu mîinile, în prealabil frecate cu ierburii mirositoare.

— **La instalarea** unei capcane trebuie să se respecte următoarele reguli :

— efectuarea de cît mai puține modificări în mediul în care se acționează ;

— pregătirea capcanei să se facă mai departe de locul de amplasare ;

— capcana trebuie instalată de regulă pe înserat, înainte de lăsarea întinericului ;

— capcana trebuie ancorată de un punct fix (copac, rădăcină, buturugă, bolovan etc.) ;

— **momeala**, pregătită în aceleași condiții ca și capcana, trebuie pusă numai după ce capcana a fost instalată. Pentru ca animalul să fie obișnuit cu prezența hranei în locul respectiv, cu 2—3 zile înainte de instalarea cursei va fi pusă momeala în acest loc.

Că momeală pot fi utilizate plante, legume, carne, astfel :

— varză, sfeclă, trifoi, lucernă, morcovi etc. — pentru iepuri, căprioare, cerbi ;

— prune uscate, nuci, alune, castane etc. — pentru veverițe ;

— momeală vie, struguri, ouă, păsări — pentru vulpi, urși etc.

Supraviețuitorul va trebui întotdeauna să știe să confecționeze din mijloace rudimentare o capcană cît mai eficientă.

Unul din mijloacele care pot fi cel mai ușor confecționate este considerat lațul (fig. IX.2), deoarece materialele necesare ca : sforile (frînghiile) de in sau de oînepă, părul de cal împletit, sîrma și cablul me-

talic (fier, cupru, alamă), sfoara de nailon pot fi procurate cu mai multă ușurință.

Păsările se vânează relativ mai ușor, cu plase de diferite feluri și cu lațul. Ele se lasă tentate ușor de momeli ca : lăcuste, viermi, semințe, boabe de cereale etc.

O altă metodă de prindere a păsărilor constă în ungerea cu clei a unor bețișoare din ulm, răchită sau mesteacăn, lungi de 10—12 cm și în plasarea lor pe sol împreună cu momeala. Bețișoarele se lipește de aripile păsărilor, care nu mai pot zbura, putând fi astfel prinse.

Cleiu se mai poate folosi și în cornete de hirtie sau carton înfipite în pământ, după ce în prealabil au fost presărate cu momeală. Pasărea își introduce ciocul în cornet, iar acesta rămâne lipit de capul său, fără a-i permite să vadă direcția în care să zboare. Procedeu este indicat îndeosebi pentru prinderea fazanilor și a potîrnichilor.

Un astfel de clei se poate obține prin fierberea ramurilor și a cojii de rășinoase.

2. METODE ȘI PROCEDEE DE PESCUIT

Pescuitul se poate practica prin mai multe metode, acest lucru depinzînd în primul rînd de mijlocul posibil a fi improvizat în acest scop.

În continuare se prezintă parte din metodele și procedeele de pescuit cele mai folosite :

— cu sticla (o sticlă cu fundul conic și spart, cu gîtul astupat se scufundă în apă și cu ajutorul unui dispozitiv se menține orizontal). Momeala introdusă în

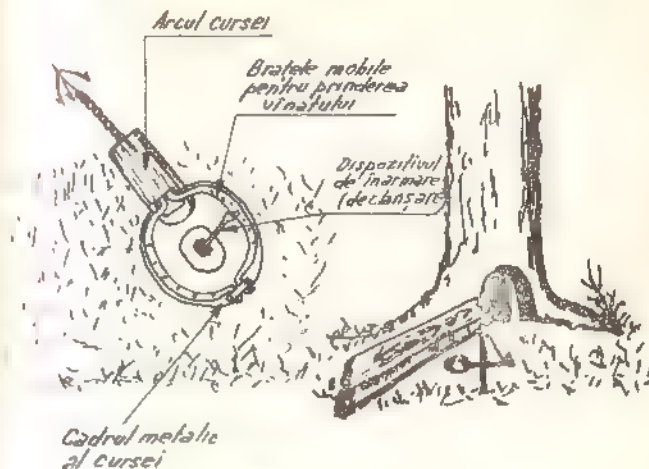


Fig. IX. 1. Capcană

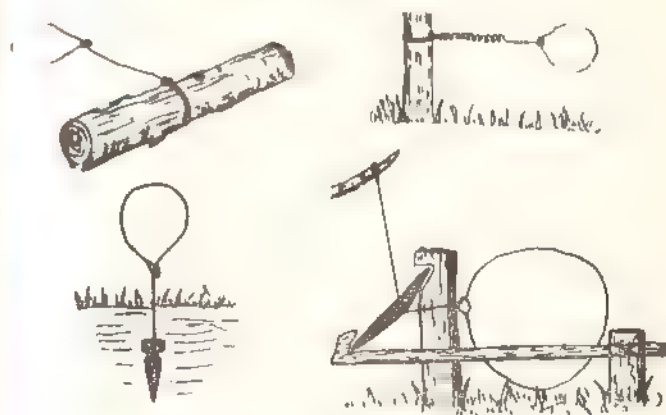


Fig. IX. 2. Unele modele de lațuri

sticlă poate fi naturală (insecte, viermi) sau artificială (bucățele de pânză viu colorate);

— cu undița (cîrlige improvizate din sîrmă sau ace, din oase sau lemne tari);

— cu plasa sau năvodul — mijlocul cel mai sigur —, dacă se dispune de așa ceva.

Cel mai bun loc de pescuit este acolo unde apa are adîncime și este mai liniștită, iar timpul cel mai potrivit este dimineața devreme sau seara tîrziu, cînd peștii caută hrana.

Racii se găsesc în rîuri mici cu apa rece, mai ales în locurile umbroase și acolo unde malurile au scobituri. Se pot prinde folosindu-se momeala din carne, cu vreascuri de ramuri spinose, cu plasa sau direct cu mina.

3. METODE DE PRINDERE A MOLUȘTELOR, A BROAȘTELOR ȘI A REPTILELOR

Prinderea moluștelor cu și fără cochilie nu pune probleme, ea putînd fi făcută în general cu ușurință. După ploaie ele pot fi găsite în gropi, în vii etc. De menționat că, întrucît ele sînt purtătoare de paraziți intestinali, se impun unele măsuri de precauție.

Pescuitul broaștelor este de asemenea foarte ușor, putînd fi făcut cu orice plasă sau sac improvizat și chiar cu mina. Noaptea, la lumina lanternei, randamentul este mult mai mare.

În condițiile complexe impuse de necesitatea de a supraviețui, omul, dînd dovadă de o imaginație ingenioasă, poate descoperi și aplica cu succes o multitudine de alte metode și procedee privind procurarea și asigurarea strictului necesar pentru a trăi.

X

CELE MAI IMPORTANTE PLANTE MEDICINALE. ÎNTREBUINȚAREA ȘI CONSERVAREA LOR

În majoritatea cazurilor, supraviețuitorul nu poate conta pe nici un ajutor din afară. În această situație el trebuie să posedă un minimum de cunoștințe, care să-i dea posibilitatea să supraviețuiască. Din patrimoniul acestor cunoștințe fac parte și cunoașterea și folosirea plantelor medicinale.

Înainte de a le folosi, supraviețuitorul trebuie să țină seama de următoarele:

— plantele medicinale vor fi adunate și uscate și numai după aceea se va trece la întrebuințarea lor;

— folosirea lor se va face numai sub formă de decocturi și în cantități nu prea exagerate;

— prepararea ceaiului se face fierbînd 1—2 linguri de plante în 1/2 litru apă;

— strecurarea se poate face prin tifon, vată, pînză etc.;

— ceaiul ca medicament se ia cîte o lingură la 1—2 ore sau dimineața și seara cîte o ceașcă;

— ca băutură la masa de prînz se poate folosi în cantități mai mari ceaiul de mentă, mușetel etc.

În cele ce urmează vom prezenta o serie de plante medicinale (parte deja cunoscute) care pot fi folo-

site în bune condiții la tratarea diferitelor boli care apar pe timpul supraviețuirii.

Afinele (fig. X. 1) cresc în regiunea muntoasă și subalpină. Înfloresc în lunile mai-iunie și fac flori palid rozee. Fructele sînt mici și de culoare albastră-vinete. Frunzele și fructele uscate sînt indicate a fi folosite deosebi în cazul unor boli de rinichi, bronșite și diaree.

Arnica (fig. X. 2) crește în pajiștile din regiunea muntoasă și subalpină. Are o tulpină de 20—70 cm și înfloresc din mai pînă în iulie. Florile sînt de culoare galben-portocalie, iar fructele sînt negricioase.

Se folosesc atît florile, frunzele, cît și rădăcinile înainte de înflorire. Ceaiul preparat din frunze, flori sau rădăcini se folosește împotriva gastritelor, a gastritelor și a catarului intestinal, precum și ca gargară împotriva durerilor de gît (angine, amigdalite etc.).

Ciuboșica cucului (fig. X. 3) crește în păduri luminoase, la liziera pădurilor și pe coasta dealurilor, cu flori galbene mirositoare. Înfloresc din martie pînă în iunie.

Se poate folosi planta întreagă. Ceaiul este indicat în: bronșite, boli de rinichi și vezică, reumatism, gută (boală pricinuită de depunerea acidului uric la încheieturi și care se manifestă sub formă de umflături ale articulațiilor, însoțite de dureri violente) și constipație.

Cicoarea (fig. X. 4) crește pe marginea drumurilor, pe ogoarele necultivate, pe pășuni. Înfloresc din iunie pînă în septembrie. Pentru ceai se folosește rădăcina. Ceaiul de cicoare se folosește în tratamentul

intestinelui, al durerilor de stomac, pentru stimularea peristalticului de mîncare și împotriva viermilor intestinali.

Căteșul sălbatic (fig. X. 5) înfloresc în aprilie-mai. Ceaiul se prepară din frunze și se folosește ca diuretic. Pentru ceai pot fi folosite și florile, în special împotriva grețurilor. Ceaiul din cozile cireșelor poate fi folosit în bolile de rinichi și de ficat.

Conda calului (fig. X. 6) crește în locuri umede, pe malurile apelor și pe coaste rîpoase. Înfloresc în aprilie-mai.

Planta se poate folosi numai cînd este uscată. Ceaiul are aplicații locale în plăgi sîngerînde, ca hemostatic. Intern se folosește în afecțiuni ale rinichilor și ale vezicii.

Fragii (fig. X. 7) cresc în păduri, tufărișuri, locuri petroase. Înfloresc din aprilie pînă în iunie.

Frunzele de fragi se culeg în timpul înfloririi.

Ceaiul se folosește împotriva diareei, în edeme, fiind calmant și diuretic.

Ienupărul (fig. X. 8) este un arbust rășinos, cu frunzele totdeauna verzi și înfloresc în aprilie-mai. Fructul este în formă de bobită neagră-verzuie. Crește izolat în regiunea de dealuri.

Ceaiul de frunze de ienupăr este diuretic, bun pentru reumatism, gută, vezică biliară, rinichi, boli de piele și tuse.

Izma sau menta (fig. X. 9) este o plantă erbacee, cu frunzele dințate și florile trandafirii, are un miros tare și plăcut, crește de-a lungul drumurilor, în zăvoaie, în locuri umede și mlăștinoase.

Ceaiul din frunze de mentă se folosește în afecțiuni gastro-intestinale, boli de ficat, tuse și răgușeală.

Măceșul (fig. X.10) este un arbust de forma unor tufe, cu numeroase tulpini, lungi de 2—3 m, cu spini și flori roșii, trandafirii sau albe și cu fructe roșii. Crește în păduri de foioase. Înfloarește în mai-iunie. Ceaiul preparat din fructe uscate de măceși se folosește în afecțiunile renale, tuse convulsivă și împotriva viermilor intestinali. Fructele se pot consuma și crude.

Mesteacănul (fig. X.11) este un arbore cu scoarța netedă și albicioasă. Are frunzele rombice și înfloarește în aprilie-mai. Frunzele de mestecăn se pot folosi din luna mai până în august. Coaja de mestecăn poate fi folosită tot anul.

Ceaiul este indicat în afecțiunile hepatice, reumatism, edeme.

Micșuneaua sau panseluța de câmp (fig. X.12) este o plantă scundă, cu flori mari violacee sau albastre. Înfloarește în iulie-august. Se pot folosi atât frunzele, cât și rădăcinile uscate sau proaspete. Ceaiurile sînt indicate împotriva tusei și în general a bronșitelor. Frunzele proaspete pot fi întrebuințate ca pansament pe ulcere și abcese.

Murele (fig. X.13) sînt tufe cu ramuri târtoare și cu țepi, cu frunzele verzi și în timpul iernii. Înfloresc în iulie-august. Frunzele se culeg pînă în luna septembrie. Ceaiul se folosește împotriva gripei, a enteritei, în bronșite, tuse, răgușeală (gargară), în dermatite (comprese și băi).

Mușețelul (romanița) (fig. X.14). Ceaiul din florile de mușețel se folosește în stimularea transpirației și în bolile de ficat, ca gargară în gingivite și dureri de dinți. Se poate folosi și pentru băi sau comprese în tratarea rănilor.



Fig. X. 1. Afinele



Fig. X. 2. Arnica



Fig. X. 3. Ciubotica cucului

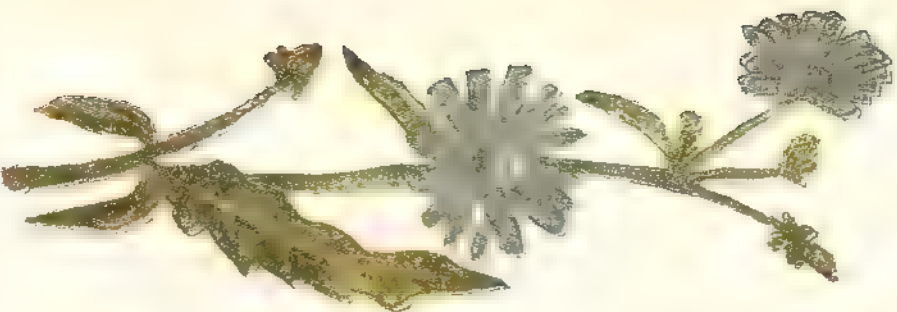


Fig. X. 4. Cicorea



Fig. X. 5. Cireșul sălbatic



Fig. X. 6. Coada calului



Fig. X. 7. *Fragi*



Fig. X. 8. *Ienușăru*



Fig. X. 9. Izma (mentha)



Fig. X. 10. Măceșul



Fig. X. 11. Mesteacănul

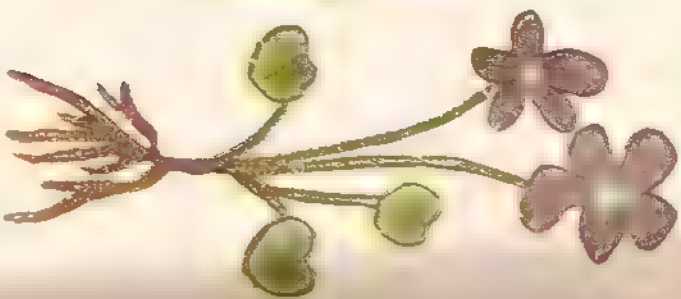


Fig. X. 12. Micsuneaua
(Panseluța de câmp)



Fig. X. 13. Murele



Fig. X. 14. Mușetelul (Romanita)



Fig. X. 15. Pătlăgina

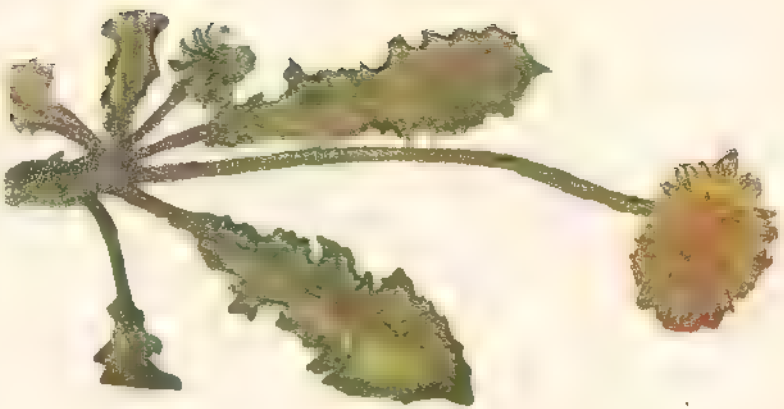


Fig. X. 16. Păpădia



Fig. X. 17. Podbalul

Fig. X. 18. Socul



Fig. X. 19. Tătăneasa





Fig. X. 20. Teiui pădureț

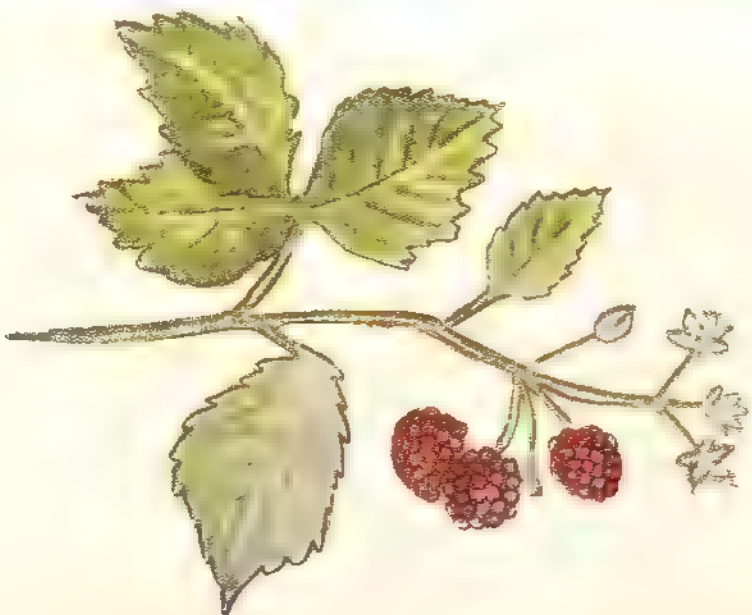


Fig. X. 21. Smeura



Fig. X. 22. Viscul

Polagina (fig. X.15) crește în locuri sărate, îndeosebi pe litoral. Înfloarește din iunie până în septembrie și are o floare mică galbenă. Ceaiurile se folosesc împotriva afecțiunilor respiratorii, în guturai, luate, cistite, colici, dezinterie.

Frunzele proaspete se folosesc în tratarea rănilor și arsurilor.

Păpădia (fig. X.16) crește pe marginea drumurilor și în pajiști. Înfloarește din aprilie până în octombrie. Se folosește planta întreagă înainte de înflorire.

Ceaiul de păpădie se folosește în următoarele afecțiuni: indigestie, diabet, inapetență, boli de ficat, icter, constipație.

Podbalul (fig. X.17) crește pe malul râurilor, în locuri argiloase și umede. Înfloarește în martie-aprilie. Florile se culeg în martie și aprilie, iar frunzele în mai și iunie.

Ceaiul se folosește împotriva tusei.

Florile și frunzele proaspete se folosesc pentru comprese în ulcerele membrelor și în flebite.

Socul (fig. X.18) este un arbust cu miros caracteristic. Înfloarește în iunie-iulie și face o floare mare de culoare alb-gălbuie. Ceaiul din flori de soc se folosește împotriva guturaiului, a gripei, a durerilor de dinți și de urechi.

Infuzia de scoarță se folosește de către bonlavii de rinichi, reumatism și gută.

Infuzia de fructe are efect purgativ.

Tătăneasa (fig. X.19) este o plantă cu frunze mari, late, lungi și ascuțite la vîrf, cu flori roșiatice sau albe. Crește în locuri umede, pe malul râurilor și la marginea pădurilor. Înfloarește din mai până în iulie.

Se folosește infuzia de rădăcină de tătăneasă împotriva diareei. Pasta pregătită din rădăcină se folosește în contuzii, luxații și fracturi.

Teiul pădureț (fig. X.20) înfloarește în iunie-iulie și are floarea cu petalele galbene. Se găsește mai ales în regiunea de dealuri.

Ceaiul de flori se folosește în răceli, guturai bronșită și amigdalită.

Smeura (fig. X. 21) crește în păduri și luminișuri. Înfloarește din mai până în iulie.

Frunzele se culeg până în luna septembrie. Ceaiul se folosește împotriva gripei, a diareei, în bronșite, faringite, amigdalite. De asemenea, sub formă de comprese și băi, în dermatite.

Viscul (fig. X. 22) este o plantă lemnoasă parazită, care crește pe ramurile unor copaci și are în permanență frunzele verzi, chiar și pe timpul iernii. Înfloarește în martie-aprilie. Frunzele tinere se adună iarna și se consumă numai uscate. Ceaiul se folosește împotriva arteriosclerozei, hipertensiunii și irascibilității nervoase.

XI

PREGĂTIREA ȘI CONSERVAREA HRANEI

1. PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINE ANIMALĂ

Prepararea și conservarea alimentelor de origine animală vor depinde în primul rând de anotimpul în care se face acest lucru.

Spre exemplu, iarna va fi foarte simplu, deoarece datorită răcelii carnea va putea fi păstrată chiar în stare naturală o perioadă îndelungată. Cu totul altă va fi situația într-un anotimp călduros, când datorită căldurii și muștelor, carnea este în pericol de alterare în decurs de câteva zeci de ore. În astfel de cazuri, prepararea și conservarea hranei animale constituie o sarcină de primă necesitate.

În cele ce urmează, se arată pe scurt operațiile principale care trebuie făcute, după sacrificarea animalului, și se fac câteva recomandări asupra modului de preparare a cărnii. După ce animalul a fost sacrificat se atâră cu capul în jos; se taie beregata, se singerează bine, apoi se jupoale imediat și se eviscerază (se scot organele — măruntaiele — din cavitatea abdominală).

Eviscerarea se va face cu mare atenție, pentru a nu se sparge intestinele și a nu mudări carnea. Se va acorda de asemenea o atenție deosebită înlăturării veziculei biliare (fierii).

Toate părțile animalului sînt comestibile, inclusiv părțile cărnose ale craniului (creierul, ochii, limba).

Intestinele și glandele sexuale, de regulă, se aruncă.

Pielea se păstrează. După o tratare sumară cu sare, târîje de lemn și după ce a fost pusă la uscat, ea poate fi folosită ca așternut sau îmbrăcăminte.

Păsările se opăresc cu apă fiartă și apoi se jumulesc, cu excepția păsărilor de apă, care se jumulesc mai ușor dacă sînt uscate; se înlătură intestinele și apoi se gătesc. Jumulirea păsărilor este în general ușoară, mai ales înainte de răcirea corpului. Fulgu pot fi folosiți în bune condiții ca izolator în încălziminte și îmbrăcăminte și de asemenea ca așternut.

Peștii se curăță de solzi, li se scot bronhiile, vasele de sînge și intestinele, li se taie capul și apoi se frig sau se fierb.

Scopul pregătirii alimentelor este de a le asigura o păstrare mai îndelungată, de a le face mai gustoase, mai ușor digestibile și de a distruge bacteriile, paraziții și toxinele, care pot produce îmbolnăviri.

Fierberea este cea mai bună metodă de preparare a hranei, însă la altitudini mari este foarte dificilă, dacă nu chiar imposibilă.

Frigerea este modul cel mai rapid de pregătire a hranei și se poate face fie direct pe plită sau jeratic, fie în vase, folosind și grăsime.

Pe timp de iarnă cărnurile tari pot fi frăgezite prin ținerea lor în ger timp de cîteva zile. Un alt procedeu constă în baterea bucăților de carne pe un platou din lemn, pînă ce aceasta devine subțire și numai după aceea se pune la fript.

Carnea care a prins miros se lasă un oarecare timp la apă rece sau la îngheț (iarna) și numai după ce mirosul a dispărut se va trece la pregătirea ei. Cînd se dispune de anumite mirodenii, acestea pot fi folosite pentru a-i da un gust picant și a înlătura mirosul neplăcut.

Carnea de animale mai mari, înainte de a se pune la fript, se fierbe, pentru a fi mai moale și mai fragilă.

Păsările și mamiferele mici pot fi gătite întregi sau pe părți, însă fără măruntaie.

Peștii pot fi fripți pe un grătar improvizat pe jeratic sau înșirați pe un băț care se învîrtește, deasupra focului.

Broaștele, șerpilor mici și șopîrlele pot fi prăjite cu ajutorul unui băț. Șerpilor mari și țiparii trebuie întii fierți și numai după aceea preparați. Broaștele testate se fierb pînă ce carapacea se desprinde de corp.

Toate broaștele și șerpilor se vor decapita și jupui înainte de a fi gătite, deoarece pielea lor poate fi toxică.

Ouăle, fiind comestibile, se pot consuma atît crude, dacă sînt proaspete, cît și fierte sau sub formă de omletă.

Pe timpul preparării alimentelor, în lipsa sării se poate folosi cenușa de cicoare.

Detalii a se vedea la anexa nr. 3.

2. PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINE VEGETALĂ. RĂDĂCINI, RIZOMI, TUBERCULI

Consumul acestora este recomandabil să se facă spre sfîrșitul verii și toamna, deoarece rădăcinile

plantelor devin comestibile abia după ce florile s-au scuturat.

Rizomii și tuberculii se consumă copti, prăjiți sau fierți. Fierberea este obligatorie pentru cea mai mare parte dintre aceștia, întrucât unii sînt toxici și greu digerabili în stare crudă.

Toate plantele care conțin amidon trebuie să fie supuse unui tratament termic, deoarece amidonul crud se digeră foarte greu.

Fructele și bacele

Marea lor majoritate se consumă de obicei crude. Grăunțele și fructele cu coaja tare se coc și numai după curățare se folosesc în alimentație.

Operația se poate face într-un vas de metal sau în lipsa acestuia, folosind o piatră plată încălzită.

Mugurii, frunzele și mlădițele

În cazul folosirii pentru hrănire a unor muguri, mlădițe sau frunze vor fi alese numai acele părți care au culoarea verde pal. În afara plantelor care se consumă în mod normal crude și în salate (untisor, măcriș, păpădie), toate celelalte se fierb în mai multe ape, pentru a înlătura aciditatea sau amăreala.

Ciupercile

Deși o parte din ciuperci pot fi consumate în formă crudă, este recomandabil ca în majoritatea cazurilor ele să fie prăjite sau coapte, pentru a evita orice pericol de îmbolnăvire.

Tot în acest scop este bine ca înainte de a fi consumate să se facă o probă de comestibilitate, gustînd numai o cantitate mică, care se va mesteca

bine și se va ține în gură circa 5 minute. Dacă se constată că au gust bun, se pot mânca fără a avea precauții. Dacă au însă gust necorespunzător înseamnă că nu sînt comestibile și în acest caz consumarea lor este interzisă.

3. PREGĂTIREA ȘI COACEREA PÎINII

În situațiile în care pîinea nu poate fi procurată, ea se pregătește în condiții de campanie, în anumite cuptoare, gropi încălzite, pe vetrele focurilor etc.

În afară de făina de grîu, din care se prepară în mod normal, pîinea poate fi făcută din făină de orz, secară, orez, fasole, mazăre etc., după aceleași reguli ca pîinea din grîu. Aluatul preparat se coace în funcție de condițiile și posibilitățile locale ale supraviețuitorului. Coacerea se poate face fie în cuptor improvizat (sub formă de boltă), pe vatra focului, în cutii de conserve sau în tăvi confecționate din bucăți de tablă, fie în gropi încălzite, în care aluatul se introduce învelit în frunze și apoi se acoperă cu cenușă și jeric. În alte cazuri el poate fi copt numai pe vatra focului (care în acest caz trebuie să fie din tablă sau lespede de piatră), sub formă de plăcintă (lipie). De asemenea el poate fi copt prin intermediul unei bucăți de lemn de formă cilindrică, lungă de aproximativ 60-70 cm și cu diametrul de 8-10 cm. Se înlătură coaja de pe lemn, după care aluatul, într-o formă alungită, se învîrtește în jurul lui. Ținut deasupra focului, lemnul se rotește pînă ce aluatul se coace. Pentru a verifica dacă aluatul s-a copt se introduce în interiorul lui, în cîteva locuri, un pai sau un bețisor subțire

curăţat de coajă şi ascuţit. Dacă beţişorul scos din aluat este curat, fără a se lipi de degete, înseamnă că aluatul este cu siguranţă copt.

4. CONSERVAREA ALIMENTELOR

a) De origine vegetală

Cea mai mare parte a vegetalelor se păstrează foarte bine în bordeie improvizate, aerisite şi uscate.

Toate condimentele se recomandă să fie păstrate sub formă uscată.

Plantele se usucă la aer, la soare, la vînt, la foc sau cu ajutorul fumului cald.

Fructele pot fi păstrate o perioadă mai scurtă de timp şi în starea lor naturală. Dar, de regulă, pentru a avea certitudine că nu se alterează, este indicat ca ele să fie uscate. Unele fructe pot fi uscate mai uşor dacă sînt tăiate felii subţiri.

Ciupercile, dacă se usucă, pot fi păstrate un timp îndelungat.

b) De origine animală

Conservarea improvizată a cărnurilor se poate face prin diferite procedee, ca : uscare, îngheţare, sărare, afumare şi chiar sterilizare.

În regiunile cu aer uscat şi cald uscarea este o metodă uşoară şi rapidă. Pentru aceasta, carnea se taie în fişii sau în bucăţi mici, care, agăţate, se expun la soare şi vînt.

Afumarea este tot un fel de uscare, dar mai pronunţată. Carnea parţial uscată la aer şi soare se aşază pe o împletitură de nuiete deasupra focului, în aşa fel încît căldura să nu ajungă să producă prăjirea ei.

De regulă, pe foc vor fi puse frunziş uscat şi iarbă, care să producă mai mult fum. Afumarea se continuă pînă cînd carnea devine uscată şi la îndoire se rupe uşor. Se va evita afumarea cu fum de cîrpe, aţe etc. deoarece acesta imprimă un gust neplăcut şi toxic cărnii.

Păstrarea cărnii în sare se face astfel : se scurge mai întîi de sînge ; se introduce într-un recipient de pămînt, ceramică, faianţă, sticlă sau chiar de lemn, însă nu metalic, deoarece sarea este corosivă ; se alăturează un strat de sare amestecată cu ierburi mirodoare cu un strat de carne sau de peşte ; se termină cu un strat de sare. Înainte de a fi gătită, carnea se spală bine şi se lasă în apă la desărat mai multe ore.

Toate alimentele, indiferent de originea lor, se păstrează pe cît posibil la rece. O groapă în pămînt poate servi ca loc de păstrare.

Pe timp de iarnă excedentul de carne se poate păstra în bune condiţii în zăpadă sau în gheaţă.

Păstrarea peştelui şi a păsărilor se face în aceleaşi condiţii ca ale cărnii animalelor.

Pregătirea peştelui înainte de afumare constă în decapitare şi în scoaterea şirii spinării. Peştii pot fi uscaţi şi la soare, atîrnaţi pe crengi sau pe pietre calde.

XII

PRINCIPII GENERALE DE IGIENĂ ȘI DE TRATAMENT ÎN CONDIȚII DEOSEBITI

1. REGULI GENERALE DE IGIENĂ

Omul poate fi supus influenței unor factori de mediu neprietnici, care acționează asupra lui mai mult sau mai puțin timp. În aerul pe care îl respirăm, pe solul care trăim, în para pe care o consumăm sau o folosim pentru curățenie, în produsele alimentare se găsesc microbi, toxine, substanțe chimice etc. În funcție de caracterul și de intensitatea influenței lor asupra sănătății omului, precum și de reacția organismului, se pot dezvolta diferite boli. Uneori ele apar rapid, cu tulburări grave, mergând pînă la moarte, spre exemplu în bolile infectioase (tifos, holeră, scarlatină, variolă etc.), în intoxicațiile cu produse alimentare, în intoxicația cu oxid de carbon sau cu lichide toxice din aparatele și materialele mînuite de militari.

În absența condițiilor favorabile pentru scăderea acțiunii vătămătoare, factorii nefavorabili vor acționa în mod treptat, slăbind organismul și micșorîndu-i rezistența. Supraviețuitorul trebuie să cunoască și să aplice în orice condiții regulile și măsurile igienice și profilactice care să-i asigure menținerea stării de sănătate.

Asigurarea aprovizionării cu apă bună de băut trebuie să fie o preocupare pentru orice grup de militari ca și pentru supraviețuitorul izolat. Supraviețuitorul trebuie să dea o mare atenție alegerii sursei de apă; aceasta poate fi un izvor, o fîntînă, o apă curgătoare sau o apă stătătoare. În toate cazurile trebuie să se aibă în vedere descoperirea surselor posibile de infectare a apei: locul de descărcare a gunoaielor, closetele, mormintele animalelor, locul de tinere a vitelor, locurile de scăldat ale oamenilor și animalelor etc. Apa se va asigura din locuri cît mai îndepărtate de asemenea focare de murdărie.

Apa bună de băut este limpede, fără culoare, cu gust plăcut și fără miros; nu trebuie să prezinte porțiuni colorate, lucioase sau uleioase, care indică prezența unor substanțe vătămătoare.

În ceea ce privește consumul apei, în lipsă de alte posibilități de identificare dacă apa este infectată sau otrăvită, supraviețuitorul va observa dacă populația civilă din zonă consumă apă de la sursa respectivă (în localități), iar pentru sursele depărtate de așezările omenești (izvoare, lacuri) dacă apa este folosită de animale.

Pentru refacerea forțelor este necesară asigurarea odihnei. Aceasta se poate realiza, după împrejurări, în adăposturi improvizate (corturi, șoproane, colibe, bordeie, chiar tranșee sau gropi laterale în peretele acestora). Pentru amenajarea adăposturilor improvizate se aleg terenuri curate, fără gunoaie sau cadavre. Ca materiale de așternut se folosesc ramuri de brad, stuf, paie, fîn, iarbă proaspătă etc. În timpul rece adăpostul va fi adîncit în pămînt sau în zăpadă.

Supraviețuitorul trebuie să dea atenție curățeniei sale; apa prelucrată prin limpezire și dezinfectat este folosită pentru curățenia zilnică (spălatul obișnuit al corpului și în special al mâinilor).

În orice situație supraviețuitorul trebuie să dea atenție îngrijirii echipamentului. Curățarea și scuturarea acestuia sînt importante, deoarece toate murdăriile ce se adună la încheieturi pot produce infecții locale ale pielii. Un rol important îl are și spălarea lenjeriei, care, fiind în apropierea corpului, poate produce eroziuni sau infecții.

În orice situație supraviețuitorul va folosi trusa individuală antiparazitară din dotare (dacă o mai are asupra sa), evitînd astfel îmbolnăvirile transmise de insecte (păduchi, purici, căpușe). În lipsa substanțelor insecticide poate folosi unele plante ca: pelinul, tutunul, levănțica etc., ale căror frunze le va strivi pe lenjerie sau pe echipament.

Condițiile de izolare impun supraviețuitorului grijă și mai mare pentru curățenia corpului. Faptul că poate sta, forțat de împrejurări, mai multe zile îmbrăcat impune spălarea cu apă a întregului corp de cîte ori are posibilitatea. Purtarea îndelungată a încălțăminte favorizează apariția rosăturilor și a bășicilor, care pot împiedica mersul. Pe timp călduros, simpla scoatere a încălțăminte favorizează revenirea la starea normală a pielii ușor inflamate, iar atunci cînd e posibil picioarele trebuie spălate. În anotimpul friguros, cînd există pericolul degerăturilor, se impun mișcări vii ale membrelor.

Pe timpul căldurilor mari supraviețuitorul își va dechidia îmbrăcămintea, pentru o mai bună aerisire a corpului și va evita statul cu capul descoperit la soare, pentru a nu se produce insolația.

2 ÎNGRIJIREA ȘI PRIMUL AJUTOR ÎN CAZUL DIVERSELOR ÎMBOLNĂVIRI ȘI ACCIDENTE

a) Îngrijirea și primul ajutor în caz de îmbolnăviri provocate de căldură

Între factorii de mediu care pot exercita o acțiune dăunătoare asupra organismului, cel mai important prin frecvența îmbolnăvirilor este factorul termic. Temperatura ridicată (căldura) determină două feluri de modificări patologice (boli):

- tulburări ale întregului organism, care se prezintă sub două aspecte: insolația și șocul termic;
- tulburări localizate: arsurile și orbirea solară.

Tulburările amintite mai sus pot fi provocate de flăcări, vapori supraîncălziți, gaze sau lichide fierbinți, raze solare etc.

Cea mai frecventă formă de îmbolnăvire datorită căldurii este insolația. Aceasta apare după expunerea corpului omenesc, în special a capului, la acțiunea directă a razelor solare în zilele călduroase. Primele semne ale instalării tulburărilor de insolație sînt:

- apariția unor modificări ale imaginilor vizuale (corpurile din jur se văd deformate, în valuri, în jurul obiectelor luminate apar cercuri de culori diferite, în fața ochilor se așază o pînză de culoare roșie-portocalie);

— apariția durerilor de cap, de intensitate crescută, în special la timp; ;

— apariția tulburărilor de echilibru.

Când apar aceste prime semne se vor lua următoarele măsuri de urgență :

— persoana în cauză se va așeza la un loc ferit de razele soarelui și își va acoperi capul cu bonetă sau cu orice material avut la dispoziție ;

— va aplica comprese cu apă rece pe cap, pe frunte și pe piept ;

— va bea apă, în care a pus eventual puțină sare (o linguriță la un pahar de bîdon).

În general, după aceste măsuri tulburările de vedere dispar, iar durerile de cap scad. Dacă după apariția primelor semne amintite expunerea la căldură continuă, se impune o intervenție mai energică de prim-ajutor. În afara măsurilor amintite, se va încerca întreținerea respirației prin metoda de respirație artificială (în cazul cînd există un grup de supraviețuitori). Cea mai bună este metoda respirației „gură la gură“, în care o persoană sănătoasă va aplica gura sa pe gura bolnavului și va sufla cu putere aerul din plămîinii săi în plămîinii pacientului, într-un ritm de 20-25 de insuflații pe minut. Bolnavul trebuie culcat cu un sul de haine sub ceafă, astfel încît să aibă capul dat mult pe spate. Între insuflații, o a treia persoană va apăsa pieptul bolnavului cu abele mîini, pentru a ajuta la eliminarea aerului introdus în plămîni.

Șocul caloric este o formă deosebit de gravă a îmbolnăvirilor provocate de căldură. Această boală se manifestă inițial prin transpirații abundente, înroșirea feței, apariția tulburărilor de vedere, de echi-

libru, senzație intensă de sete, apoi bolnavul nu mai poate merge, are o respirație deasă și superficială, puls slab și accelerat, o privire fixă. Într-o fază mai avansată extremitățile devin palide și reci, pulsul abia se mai simte, respirația este atît de superficială, încît se percepe cu greutate. În această situație bolnavul va fi transportat la umbră, i se vor aplica comprese reci pe cap și pe piept, asigurîndu-se respirația prin metoda „gură la gură“. În formele grave singurul care poate aplica ajutorul medical necesar este personalul medico-sanitar.

b) Îngrijirea și primul ajutor în caz de răniri și hemoragii

Primul ajutor al răniților începe cu autoajutorul și ajutorul reciproc, care se execută chiar la locul rănirii. Primul ajutor constă în adăpostirea rănitului și în aplicarea unui pansament. Uneori rănitul singur se poate retrage și adăposti într-un șanț, după un dîmb etc. Alteori, cînd este mai grav rănit și în special dacă este rănit la picioare, trebuie să fie ajutat de tovarășii săi. Aceștia vor aplica cît mai repede un pansament pe locul rănit. Cînd rana este mai mică pansamentul individual este suficient. Alteori, cînd plaga este mare, sînt necesare mai multe pansamente individuale (luate de la tovarășii sănătoși). Pansamentul are rolul de a opri curgerea de sînge (hemoragie) din rană, precum și de a evita pătrunderea în rană a corpurilor străine, ceea ce ar duce la infecție, supurație, septicemie. Pansamentul se aplică direct pe rană, ceea ce obligă la scoaterea hainei sau a pantalonilor, eventual numai a unei mîneci sau a unei părți din pantalon. După aplicarea

pansamentului se trage haina sau pantalonul peste acesta, mai ales în sezonul rece.

În cazul că rana este la piept și se aude un zgomot de intrare și de ieșire a aerului (amestecat cu sânge), iar rănitul respiră foarte greu, este semn că peretele toracic este străpuns pînă la plămîn, iar aerul atmosferic apasă pe el (pneumotorax). În astfel de situații trebuie aplicat un pansament gros sau chiar mai multe. Adeseori, în pansament poate fi prinsă și mîna rănitului, care fixează mai bine acest pansament și astupă rana. În lipsa pansamentelor se va întrebuița o bucată lată de pînă ruptă din lenjeria proprie.



Fig. XII. 1. Diferite metode de pansare a rănilor capului și ale feței

În caz de rănire a abdomenului (burtei) se aplică pansamentul peste rană și se trage fașa de jur împrejurul mijlocului.

Răniților la cap sau la membre li se vor aplica pansamente circulare (fig. XII. 1).

Răniților, cu excepția celor răniți la abdomen, li se dă să bea apă. Toți răniții vor fi adăpostii bine, iar transportul lor pînă la locul de adăpostire se va face pe targă, pe sanie, pe brațe, după posibilități. Răniții vor fi așezați în poziția în care le convine cel mai mult; cei răniți la abdomen preferă pe spate, cei răniți la piept vor fi așezați într-o poziție mai ridicată, care le ușurează respirația; cei răniți la cap și la față vor fi așezați pe o parte, pentru a nu se îneca cu secrețiile și singele care curge din gît sau din gură.

Sînt răni care ating vasele principale, mari, ale membrelor, ceea ce face ca sîngele să țîșnească în jet puternic. În această situație, înainte de orice pansament, se apasă cu degetul deasupra rănii sau chiar lingă ea, pentru a opri sau micșora hemoragia. În același sens se poate pune peste braț sau antebraț, la coapsă sau la gambă, după locul rănirii, un garou (tub de cauciuc) de jur împrejur și se va înnoda strîns. În lipsa acestuia se poate pune o fașă, curea, batistă etc. Aceasta se aplică deasupra rănii numai în caz de hemoragie mare. Altfel e de preferat un pansament obișnuit mai strîns, deoarece garoul oprește circulația sîngelui și nu poate fi ținut mai mult de două ore, căci produce cangrenă. Dacă supraviețuitorul vede că pînă la primirea ajutorului medical calificat trece mai mult de două ore, va desface fașa (garoul) din 15 în 15 minute, pe peri-

oade scurte (30-60 secunde), asigurând în acest timp hrănirea porțiunii rănite, care altfel se cangrenează (moare).

c) Îngrijirea și primul ajutor în caz de fracturi

Fracturile diferitelor oase pot fi făcute de gloanțe sau de schije care produc în același timp răni ale țesuturilor moi sau prin lovirea osului de un corp dur. Existența lor este trădată de imposibilitatea de a ne folosi de membrul respectiv, de o poziție anormală a acestuia și de durerile provocate de cea mai mică mișcare.

Oriunde s-ar afla, supraviețuitorul trebuie să știe că prima măsură în fracturi este realizarea imobilizării membrului respectiv, astfel ca bucățile de os să nu se miște. Mișcarea capetelor osoase poate produce răni sau chiar tăieri ale arterelor, venelor și nervilor din vecinătate, cu consecințe foarte grave (hemoragii mari, paralizii).

În fracturile deschise (cu răni prin care se văd capetele oaselor) mai întâi trebuie să se facă un pansament pentru a opri hemoragia și a feri rana de infecție.

Imobilitatea membrului ale cărui oase sînt fracturate se poate face prin diferite mijloace improvizate: crengi de copac, scînduri, leături etc.

1. Imobilizarea fracturilor oaselor brațului (Fig. XII. 2). Cînd fractura este localizată la osul brațului, se așază de o parte și de cealaltă parte a acestuia cîte o atelă sau alte mijloace care există la îndemînă cum ar fi: scînduri, scoarță de copac etc., care sînt legate strîns prin înfășurare cu o fașă de tifon, pînă



Fig. XII. 2. Imobilizarea brațului prin atele și eșarfă

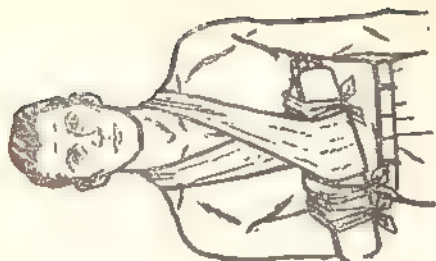


Fig. XII. 3. Imobilizarea antebrațului fracturat

ruptă dintr-o cămașă sau sfoară, apoi printr-o eșarfă (basma) sau o bucată de pînă de formă triunghiulară, antebrațul se suspendă de gît.

2. **Imobilizarea antebrațului fracturat** (fig. XII. 3). În această situație se procedează ca în cazul de mai sus, folosind aceleași mijloace, cu mențiunea că vizază oasele antebrațului.

3. **Imobilizarea în caz de fracturi ale oaselor membrului inferior** (fig. XII. 4). Pentru imobilizarea în caz de fracturi ale oaselor membrului inferior, mijloacele necesare pentru imobilizare trebuie să aibă dimensiuni mai mari. În acest scop se pot folosi atele care sînt dinainte pregătite ori mijloace improvizate ca: pușca, coji de copac sau scînduri care sînt adaptate la moment, de asemenea rănitul se poate foarte bine servi, pentru imobilizare, de celălalt picior sănatos.

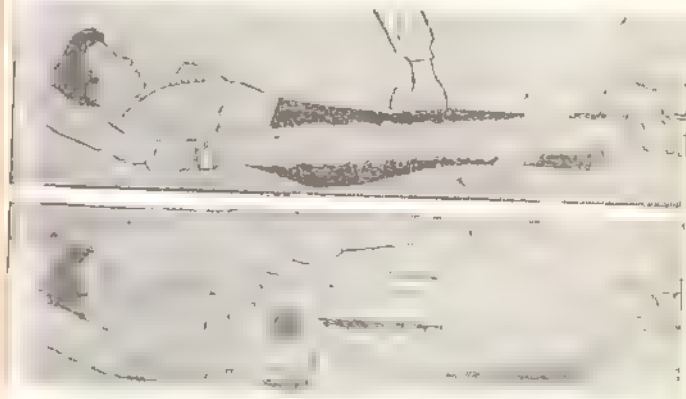


Fig. XII. 4. Imobilizarea fracturii coapsei prin atele

Este foarte important faptul că în imobilizarea fracturilor să nu fie deplasate capetele de oase fracturate și să nu fie schimbat axul normal al osului.

Mai rare, dar mai grave, sînt fracturile coloanei vertebrale (șira spinării) care se recunosc prin faptul că membrele inferioare, deși nerănite, nu pot fi mișcate și sînt insensibile la înțepături sau atingeri. În aceste situații răniții trebuie așezați și transportați pe o targă tare (scindură lată, ușă etc.). Concomitent, acestor bolnavi li se dau calmante, ceaiuri și vor fi încurajați.

d) Îngrijirea și primul ajutor în caz de arsuri

Tulburările localizate produse de căldură, precum și modificările patologice ale întregului organism sînt cunoscute sub denumirea de arsuri. Modificările de la nivelul locului de arsură diferă în funcție de temperatura sursei și de durata de acțiune a căldurii. Temperatura minimă care poate produce leziunea este de 43-44°C, în cazul unei expuneri de 6 ore. Pînă la temperatura de 55-60°C leziunile locale se însoțesc de umflături (edem), iar peste această temperatură circulația sîngelui este compromisă și apare distrugerea țesuturilor.

În funcție de profunzimea arsurii leziunile se împart în mai multe grade:

gradul I — roșeață și umflătură în locul expus la căldură;

gradul II — apariția bășicilor pe zona arsă;

gradul III — apare necroza (distrugerea) pielii mușchilor, vaselor, nervilor, uneori chiar a osului.

Mult mai importantă decît adîncimea arsurii este întinderea ei. Cu cît suprafața arsă este mai mare,

cu atît situația este mai gravă. Gravitatea arsurilor tinse (cele care depășesc 15% din suprafața corpului) este dată mai ales de tulburările produse în întregul organism. Aceste tulburări generale sînt cunoscute sub denumirea de șoc combustional (șocul arsurilor), stare patologică foarte gravă, caracterizată prin anemie, tulburări ale metabolismului apei și electrolitilor, cît și prin scăderea tensiunii arteriale, accelerarea pulsului, tulburări respiratorii, insuficiență renală sau hepatică.

Importanță mai prezintă și regiunea arsă. Arsurile feței sînt foarte grave, nu atît prin întinderea adîncimea lor cît mai ales prin faptul că pot bloca căile respiratorii, putînd provoca moartea prin asfixie.

Infecția reprezintă cea mai gravă complicație a arsurilor.

Primul ajutor la locul accidentului este acordat de cele mai multe ori de persoanele din grupul accidentatului, fără o pregătire medicală, de aceea toți militarii trebuie instruiți în vederea acordării primului ajutor și a autoajutorului în caz de arsuri. Ei trebuie să știe că de multe ori promptitudinea și corectitudinea primului ajutor pot salva viața accidentatului.

În caz de arsură trebuie luate următoarele măsuri:

— scoaterea arsurii din zona accidentului;

— stingerea echipamentului aprins, care se realizează folosind mijloacele cele mai la îndemînă (veșton, manta, pătură, foaie de cort etc.);

— aplicarea pansamentului sau învelirea în cearșafuri curate (bucăți de pînză) în caz de arsuri întinse. În lipsă se vor folosi mijloace improvizate;

— liniștirea accidentatului prin ridicarea moralului;

— încălzirea ușoară a arsului în adăposturi și administrarea de băuturi calde.

Transportul se va face în poziție culcată, folosind orice fel de mijloace.

În cadrul primului ajutor nu trebuie să se execute următoarele operații :

— nu se va lăsa arsul la locul accidentului ;

— nu se vor desprinde veșmintele de pe suprafața arsă ;

— nu se vor aplica pe arsuri uleiuri sau alte grăsimi ;

— arșii nu se vor încălzi brusc și prea mult ;

— nu li se va arăta gravitatea arsurii.

O altă categorie de leziuni locale produse de căldură, de această dată de cea furnizată de lumina solară, o constituie orbirea solară. Poate fi întâlnită vara pe litoral din cauza reflectării razelor solare de către suprafața apei și iarna la munte din cauza zăpezii. Astfel de leziuni se produc datorită faptului că razele infraroșii care intră în compunerea luminii solare sînt concentrate de ochi într-un punct fix de pe retină (fundul ochiului) unde produc arsuri și distrugerea celulelor retiniene. Acest accident poate fi prevenit prin folosirea ochelarilor de protecție (ochelari fumurii sau „de soare“).

e) Îngrijirea și primul ajutor în caz de șocuri traumatiche

O parte din răniți ca urmare a durerilor și a hemoragiei fac o stare de șoc manifestată prin tulburări mari în circulația sîngelui, în respirație, ca și

în funcția altor organe. Bolnavul este palid, acoperit cu transpirații reci, are extremitățile (mîinile și picioarele) reci, uneori este agitat, alteori nepăsător, cu privirea pierdută, pulsul accelerat (peste 100 de bătăi pe minut), tensiunea arterială scăzută.

Dacă rănitul continuă să piardă sînge, iar durerile se mențin sau chiar cresc, starea de șoc se accelerează și pune în pericol viața rănitului. De aceea se va aplica cît mai repede pansamentul sau garoul pentru oprirea hemoragiei, iar oasele fracturate vor fi imobilizate în poziție cît mai corectă și prin manevre cît mai blînde. Administrarea de băuturi calde iarna (chiar și apă caldă) are o mare importanță pentru prevenirea și tratamentul șocului (excepție fac răniții abdominali).

f) Îngrijirea și primul ajutor în caz de asfixie

Pentru a putea înțelege ce este asfixia e necesar să se cunoască cîteva lucruri elementare despre respirație și rolul ei.

Omul pentru a trăi are nevoie de oxigen (un gaz care se găsește în aerul atmosferic). Pentru a ști cît de important este oxigenul pentru organismul omenesc este suficient să arătăm că un om poate să trăiască cîteva săptămîni fără alimente, cîteva zile fără apă, dar nu poate trăi decît cîteva minute fără oxigen.

Oxigenul pătrunde în organism prin plămîni în timpul respirației, trece prin peretele alveolei, este preluat de către hemoglobină (o substanță componentă a globulului roșu din sînge) și, cu ajutorul circulației sîngelui, ajunge la toate organele și țesuturile corpului omenesc. De la țesuturi și organe, unde a lăsat oxigenul, sîngele se încarcă cu un alt

gaz (bioxidul de carbon) care a rezultat din arderea din țesuturi, pe care-l duce la plămîni, pentru a tot cu ajutorul respirației să fie eliminat. Iată deci că rolul respirației și al circulației sîngelui este de a prelua oxigenul din atmosferă, de a-l transporta în toate celulele organismului și de a evacua în atmosferă bioxidul de carbon.

Asfixia este o stare gravă a organismului, care apare atunci cînd căile aeriene sînt astupate sau cînd respirația este micșorată ori oprită. În această situație oxigenul este împiedicat să pătrundă în căile respiratorii și plămîni, iar bioxidul de carbon se lasă.

Cauzele cele mai frecvente care duc la asfixie sînt:

— înecul, electrocutarea, intoxicația cu oxid de carbon, inhalarea de fum sau de alte gaze toxice, intoxicații cu substanțe chimice, lovituri puternice în anumite regiuni ale organismului (cap, gît, piept, burtă), blocarea căilor aeriene prin corpi străini (se creștii mucoase, cheaguri de sînge, bucăți de oase, dinți, nasturi, monede) etc. Alături de acestea mai sînt și alte cauze care produc numai în parte mecanismul asfixiei (cel puțin în faza de început), cum ar fi respirația într-o atmosferă săracă în oxigen sau încărcată cu oxid de carbon (în urma unor arderi incomplete).

La un bolnav fără cunoștință, astuparea căilor respiratorii se produce mai ușor, pentru că musculatura este relaxată (moale), iar capul este aplecat înaintea. Această poziție este una din cele mai dese cauze de asfixie și se produce prin blocarea căilor respiratorii, datorită căderii limbii care astupă faringele (gîtul).

Recunoașterea unui bolnav în stare de asfixie este foarte importantă, deoarece cu cît este recunoscut mai repede, cu atît este mai ușor și mai sigur tratamentul. Ori de cîte ori se observă că un bolnav este neliniștit, agitat, cu respirații dese, cu bătăi dese ale inimii, transpirat și vînat, se poate suspecta o stare de asfixie. La unii bolnavi, a căror piele este în mod natural mai închisă la culoare, învinețirea trebuie căutată la limbă.

Pentru a recunoaște astuparea căilor aeriene și oprirea respirației trebuie observate mișcările respiratorii. Se pot întîlni următoarele situații:

— bolnavi cu mișcări respiratorii ample (adînci), dar nici la nas și nici la gură nu se simte jetul de aer (este o astupare completă);

— bolnavi cu mișcări respiratorii ample, cu un jet slab de aer la nas sau gură și la care se poate auzi un horecîit (este o astupare parțială a căilor respiratorii);

— bolnavi cu mișcări respiratorii micșorate, cu sau fără jet de aer la gură;

— bolnavi fără mișcări respiratorii (oprirea respirației), în stop respirator.

În situația unui bolnav care nu respiră, este deosebit de important să știm dacă o dată cu respirația s-a oprit și circulația sîngelui (inima). Șansele de reanimare (repornirea inimii și a respirației) sînt cu atît mai bune, cu cît oprirea inimii a fost observată mai repede. Este deosebit de important ca oprirea inimii să fie observată în primele 4-6 minute, timp în care trebuie începută reanimarea. Dacă timpul care a trecut este mai mare, șansele sînt din ce în ce

mai mici, datorită modificărilor care au apărut în substanța nervoasă a scoarței creierului.

Oprirea inimii poate fi constatată prin luarea pulsului sau prin ascultarea bătăilor ei.

Este de la sine înțeles că în caz de asfixie nu poate fi vorba de autoajutor, ci numai de măsuri luate de cei din jurul bolnavului. Fără să se piardă timp, trebuie la aplicarea unor metode simple, care să îndepărteze cauzele și să redea accidentatului respirația și circulația. Manevrelor și ordinea lor sînt următoarele :

- se descheie nasturii îmbrăcăminteii și se dezbracă victima ;

- se așază în poziția culcat pe spate sau pe o parte cu capul mai jos decît corpul (pentru a se putea scurge secrețiile din gură, nas și gît), cu gîtul înclinat pe spate. Astfel se îndepărtează limba de fundul gîtului, eliberînd căile respiratorii.

Poziția cu fața în sus nu este recomandată, deoarece înlesnește adunarea secrețiilor, căderea limbii și deci oprirea respirației. Această poziție va fi dată numai după ce s-au eliberat căile respiratorii și pot fi menținute așa, dar mai ales după ce s-a constatat că inima s-a oprit și trebuie făcute manevrele de reprimare a ei ;

- se eliberează căile respiratorii. Aceasta se poate face prin :

- poziția laterală cu capul mai jos ;
- poziția pe spate cu capul îndoit înapoi ;
- deschiderea gurii și împingerea înainte a bărbiei (maxilarul inferior) ;
- îndepărtarea secrețiilor cu ajutorul degetului arătător înfășurat în tifon sau batistă ;

- introducerea unui tub faringian în gură ;

- aplicarea unor metode (metode manuale) de respirație artificială, ca :

- metode de insuflație a aerului atmosferic în aparatul respirator al bolnavului ;

- metode de apăsare a pieptului pentru scoaterea aerului rămas și introducerea altuia proaspăt

Pentru reanimare în caz de asfixie, metoda cea mai eficace este respirația artificială „gură la gură” sau „gură la nas” care se execută în felul următor : După ce bolnavul a fost așezat pe spate sau pe o parte, și capul a fost îndoit pe spate cu căile respiratorii eliberate, cel care-l reanimează se așază în genunchi cu fața spre bolnav, îi aplică o mîină pe frunte și cu două degete îi strînge nările, cu cealaltă mîină îi împinge înainte bărbia, trage aer în piept, pune gura larg deschisă peste gura întredeschisă a bolnavului (după ce peste gura acestuia a pus un strat de tifon sau batistă) și insuflă în plămîinii bolnavului aer. Această manevră se face de 12-16 ori pe minut. În timp ce insuflă, urmărește permanent dacă pieptul bolnavului se umflă sau nu și dacă se aud zgomote. Dacă se produc asemenea zgomote și dacă pieptul nu se umflă, înseamnă că nu s-a făcut corect eliberarea căilor respiratorii, iar aerul insuflat intră în stomac. Se controlează din nou eliberarea căilor respiratorii și se repetă manevra. Această metodă poate fi folosită la nevoie ore în șir, atît la locul accidentului cît și pe timpul transportului.

În caz că gura reanimatorului este mai mică decît cea a bolnavului se aplică metoda gură la nas. În această situație reanimatorul, cu mîina cu care îm-

pinge înainte bărbia, are grijă să închidă buzele pentru ca aerul insuflat prin nasul victimei să iasă pe gură înainte de a pătrunde în plămâni. Aerul o dată insuflat, este lăsat să iasă singur, atât pe gură cât și pe nas. La intervale de 20-30 secunde se repetă cultura inimii, iar dacă aceasta s-a oprit se practică concomitent și circulația artificială, prin aplicarea metodei de masaj cardiac (apăsarea inimii) prin apăsarea ritmică a pieptului.

Masajul inimii se face în același timp cu respirația artificială, în așa fel ca pentru o respirație artificială să corespundă 4-5 apăsări pe inimă.

Apariția colorației normale a pielii este cel mai bun semn că circulația a fost reluată. Dacă pulsul spontan a apărut, se continuă respirația artificială până la apariția respirației spontane sau trezirea bolnavului.

În orice situație, indiferent de felul cum evoluază reanimarea, cei din grupul din care face parte bolnavul vor căuta să ia legătura cu personalul medico-sanitar, pentru aplicarea tratamentului calificat necesar.

g) Îngrijirea și primul ajutor în caz de mușcături și înțepături veninoase

În diferite situații supraviețuitorul are ocazia să fie victima unor mușcături sau înțepături veninoase. Dacă urmările unora dintre ele nu sînt prea grave, altele însă produc profunde tulburări locale și generale într-o asemenea măsură, încît adesea îi pun în pericol chiar viața.

Întrucît viața celui ce a suferit mușcătura sau înțepătura veninoasă depinde și de urgența cu care

începe aplicarea tratamentului, în cele ce urmează vom arăta ce măsuri se pot lua imediat în cadrul ajutorului sau al ajutorului reciproc în aceste cazuri.

Viețuitoarele care provoacă cel mai des mușcături sau înțepături veninoase sînt : șerpii (indeosebi vipera), scorpionii și unii păianjeni.

Semnele după care ne putem da seama că mușcătura sau înțepătura este veninoasă sînt :

- durerea intensă care apare chiar în momentul înțepăturii sau mușcăturii, cu tendință de a se propaga de-a lungul membrului respectiv ;

- semnul mușcăturii este uneori caracteristic (în cazul mușcăturii de viperă apar două mici puncte situate la 7 mm unul de altul, urmele dinților) ;

- umflătura (edemul) apare la început în jurul locului unde s-a produs înțepătura și apoi se întinde progresiv și rapid ;

- erupția urticariană apare uneori pe pielea corpului sub formă de plăgi reliefate (ca după atingerarea pielii cu urzica) ;

- fenomenele toxice generale (senzație de slăbiciune generală, de leșin, frisoane, grețuri și vărsături, uneori dureri de burtă) apar în scurt timp după mușcătură ;

- manifestări hemoragice : scurgere de sînge prin nas, sîngerarea gingiilor etc.

Măsurile ce trebuie luate imediat sînt :

- punerea unui garou sau, în lipsă, a unei feșii sau a unei batiste legate strîns deasupra locului unde este mușcătura sau înțepătura, în scopul încetîmării vitezei de împrăștiere a veninului în restul

organismului. Garoul se desface pentru 1-2 minute la interval de 40-60 de minute, apoi se aplică din nou ;

— se face absorbția (prin sugere cu gura) serozității și singelui din rana produsă prin înțepătura sau mușcătură și se aruncă jos. Atenție, ca persoana care execută sugerea răni să nu aibă vreo ulcerăție (rană) pe mucoasa gurii ;

— se va face spălarea răni cu alcool sau cu apă și săpun, pentru ca o cât mai mare cantitate din substanța toxică să fie îndepărtată ;

— dacă e posibil, brațul sau piciorul înțepat se va ține în apă rece, iar restul corpului va fi încălzit.

3. URMĂRILE PE CARE LE POATE AVEA NETRATAREA LA TIMP A DIFERITELOR AFECȚIUNI CORPORALE

a) Plăgile superficiale

Indiferent de felul cum au fost produse, plăgile superficiale prezintă pericolul infectării de către microbii de pe piele, de pe obiectul care le-a produs, de pe îmbrăcăminte etc.

Cînd infecția s-a produs, regiunea în care e rana se umflă, doare, se înroșește și este mai caldă decît restul corpului, de asemenea mișcările locale se fac mai greu sau, în cazuri avansate, de loc. Dacă nici în această situație nu se face tratamentul necesar, microbii pot trece în sânge, producînd infectarea întregului organism (septicemie).

b) Bășicile

Bășicile sînt produse fie de temperatură ridicată (arsuri), fie datorită încălțăminteii prea largi. Dacă

sînt localizate la picioare, cel în cauză are mersul îngreuiat, ceea ce îl împiedică să-și îndeplinească misiunea primită. Netratarea lor la timp poate infecta și produce tulburări grave întregului organism.

c) Infecțiile produse de pătrunderea corpurilor străine în organism

Corpurile străine pătrunse în organism pot fi : de gloanțele, schije, diverse obiecte azvirlite de explozie (pietre, așchii, bucăți de stofă sau pinză etc.). Toate acestea introduc adînc în corpul omului microbii pe care îi au pe ele sau pe care îi iau de pe hainele rănitului. Datorită acestui fapt, infecția progresa mult mai rapid și deci tratamentul trebuie început cît mai devreme posibil.

În cazul corpurilor străine pătrunși în organism, singurul în măsură să rezolve în mod complet situația e personalul medical, la care supraviețuitorul trebuie să ajungă în timpul cel mai scurt.

Concluzia care se desprinde din cele de mai sus este că supraviețuitorul trebuie să ia măsurile de autoajutor preconizate sau tovarășii din grupul respectiv să-i aplice măsurile de prim ajutor pînă la intervenția personalului medical.

d) Durerile abdominale

Majoritatea afecțiunilor digestive au ca manifestare predominantă durerea, care apare mai slab sau mai puternic în diferitele forme de boală.

Una dintre bolile frecvente ale stomacului, manifestată prin durere, este gastrita. Prin gastrită se înțelege inflamația mucoasei stomacului.

Cînd boala apare într-un interval scurt de timp, așa cum se întîmplă în urma anumitor intoxicații sau infecții, se spune că boala este acută, iar cînd îmbolnăvirea se instalează lent, este vorba de o boală cronică.

În gastrita acută, la cîteva ore după ce bolnavul a consumat alimente infectate sau alterate, sau a înghițit un toxic oarecare, apar dureri mari în partea de sus a abdomenului însoțite de grețuri și vărsături abundente. Netratarea la timp a gastritei acute duce la gastrita cronică care se poate complica cu anemie, enterocolite etc.

Altă afecțiune cu mare frecvență, în rîndul celor suferinzi de boli digestive, este **ulcerul stomacului sau duodenului**. Această boală constă într-o rană mică care apare în mucoasa stomacului sau duodenului.

Întîns numai la suprafața stomacului la început, ulcerul sapă cu timpul în adîncime, ajungînd la straturile mai profunde.

Netratarea la timp a ulcerului duce la perforație gastrică sau duodenală, care constă în străpungerea peretelui acestor organe. Ea se manifestă prin dureri foarte violente de intensitatea celor provocate de loviturile de pumnal, care cuprind treptat întreg abdomenul. În cîteva ore, bolnavul intră în stare de șoc (devine palid, are transpirații reci, pulsul este rapid și slab). Totodată se constată o întărire puternică a peretelui abdominal. În această situație se recomandă ca supraviețuitorul să nu mănînce și să nu bea nimic, de asemenea nu va lua nici un fel de medicament. Va pune compresii reci (apă, gheață) pe abdo-

men. Starea gravă a bolnavului reclamă asistența imediată a chirurgului.

Tot ca urmare a netratării la timp a bolii ulceroase poate apărea **hemoragia gastrică sau duodenală** manifestată prin vărsături cu sînge sau melenă (eliminarea prin fecale a singelui digerat, ce ia aspect de păcură). În fața acestor simptome, supraviețuitorului i se vor pune compresii reci pe abdomen și i se va da să ingereze bucățele de gheață, sau în lipsă, apă rece în cantități mici. Ca și în cazul perforației, ajutorul medical calificat poate fi acordat numai în cadrul unei unități spitalicești, prin transfuzii, perfuzii etc., iar în hemoragiile grave, prin intervenția chirurgicală de urgență.

Colecistita acută este inflamația veziculei biliare, care cuprinde uneori și căile biliare. De cele mai multe ori apare la bolnavii care au o veziculă cu calculi. Durerea apare brusc la 4—5 ore după masă. Ea este însoțită de febră (38—40 grade C), frisoane, greață, vărsături, gust amar și balonări. Netratarea la timp a colecistitei acute poate duce la perforația veziculei biliare, care dă naștere unei peritonite.

Colica hepatică, manifestată prin dureri în partea dreaptă, imediat sub coaste, e cauzată de existența unui calcul (pietre) în vezica biliară. Acest calcul din diverse motive poate migra în canalul biliar, producînd astfel dureri. Supraviețuitorul trebuie să stea cît mai nemișcat în timpul crizei și, dacă calculul nu se elimină trebuie transportat la o unitate spitalicească în vederea intervenției chirurgicale.

O altă cauză a durerii abdominale este dată de **inflamarea apendicelui** (apendicită) care, netratată la timp, duce la perforarea acestuia. Ca urmare, conți-

nutul din intestin pătrunde în tot abdomenul și produce peritonită, o afecțiune foarte gravă care nu are alt tratament decât cel chirurgical. În caz de perforație a apendicelui durerea este vie, cuprinde tot abdomenul, iar peretele abdominal capătă o duritate lemnoasă. Supraviețuitorul în această situație nu va lua nici un medicament, cu excepția antibioticelor dacă le are asupra lui, nu va mânca și nu va bea nimic. Se recomandă ca pînă ajunge la o unitate spitalicească, pe abdomen să se aplice compresii reci (apă, gheață).

Ocluzia intestinală înseamnă înnodarea sau răsucirea intestinului în jurul sau, ceea ce nu mai permite trecerea conținutului intestinal. Treptat se instalează întărirea musculaturii abdominale, apar vărsături cu aspect fecaloid și fața bolnavului devine cenușie. Dacă nu se reia tranzitul intestinal, numai intervenția chirurgicală poate salva situația.

Colica renală se manifestă prin apariția unor dureri violente în spate de o parte sau de alta a coloanei vertebrale, la nivelul centurii. Ea se produce ca urmare a migrării unui calcul (piatră) din rinichi în căile urinare. În această situație bolnavul va bea lichide multe și își va aplica pe spate în regiunea dureroasă compresii calde. În caz că durerea nu cedează este necesară intervenția unui organ medical de specialitate.

e) Diareele

Diareea netratată la timp duce la deshidratarea organismului (pierderea lichidelor), ceea ce scade simțitor capacitatea fizică și psihică a bolnavului. Dacă diareea persistă se instalează scădere mare a

tensiunii arteriale, ceea ce face ca rinichii să funcționeze defectuos.

În condițiile deosebite în care se găsește supraviețuitorul, pentru combaterea diareei, în funcție de posibilitățile locale, e indicat să consume ceai de mentă (izmă), ceai de mușețel (romaniță) chiar și neîndulcite, fiertură de orez sau morcovi. Va evita să mănînce fructe și legume crude. Va bea apă fiartă și răcită, pentru a recupera lichidele pierdute. În situația cînd are asupra sa sau poate procura, va lua sulfamidă albă sau antibiotice.

XIII

SUPRAVIEȚUIREA ÎN CONDIȚII DEOSEBITE

1. SUPRAVIEȚUIREA PE MARE

Pe timpul desfășurării acțiunilor de luptă pot fi cazuri cînd nava sau avionul pe care militarii sînt ambarcați să fie avariate, creîndu-se pericolul de scufundare a acestora.

În astfel de situații, problema numărul unu este căutarea și găsirea unei posibilități de a se salva, iar în al doilea rînd a ști să supraviețuiască în condițiile mării. În cele ce urmează ne vom referi la principalele cunoștințe pe care militarul trebuie să le posede și măsurile ce trebuie luate în asemenea situații dificile.

Pe mare, de regulă, nu se poate supraviețui timp îndelungat, fără existența unei ambarcațiuni. Iată de ce orice militar ambarcat pe un astfel de mijloc trebuie din timp să prevadă și unele măsuri care aplicate în situații de pericol să-l poată salva de la moarte. De asemenea, ca naufragiat, el trebuie să dea dovadă de mult curaj, inițiativă, calm și încredere în posibilitatea de a se salva. Să știe să folosească cu pricepere orice corp plutitor care se găsește pe vas sau la bordul aeronavelor.

După naufragiu, supraviețuitorul trebuie să adune, pe cît posibil, toate obiectele care plutesc și îi vor fi

folositoare în acțiunile viitoare de supraviețuire. El trebuie să se îndepărteze cît mai repede de locul epavei, deoarece aceasta scufundîndu-se, valurile îi pot periclita viața. Totuși, în primele zile, nu este indicat a se îndepărta prea mult de locul naufragiului, deoarece petele de ulei și diversele resturi ale epavei constituie indicii pentru cei ce intervin în ajutor.

În timpul supraviețuirii pe mare, naufragiatul trebuie să mai cunoască următoarele :

- să nu se urce încălțat într-o ambarcațiune pneumatică, intrucît se creează pericolul spargerii acesteia;

- să nu părăsească niciodată barca, cînd aceasta se află în largul mării, fără a fi legat de ea cu un cablu, deoarece există pericolul să fie luată de valuri;

- să ferească de apă busola, ceasul, chibritele și bricheta;

- să confecționeze undițe improvizate și să le folosească la pescuit;

- să-și improvizeze o adăpostire pe ambarcațiune, pentru a-l proteja împotriva frigului, vîntului, soarelui și a precipitațiilor atmosferice;

- să prevină răul de mare, folosindu-se de trusele de prim ajutor;

- să nu se scalde, pescuiască sau să curețe pești în locurile unde există rechini, iar dacă aceștia caută să se apropie de barcă, să se lovească în apă cu vîsla, pentru a-i speria;

- să stabilească rația zilnică de hrană și apă, făcînd maximum de economie;

— să folosească mijloace improvizate pentru adunarea și păstrarea apei de ploaie;

— să-și organizeze activitatea după un program riguros (de somn, pescuit și hrănire) încît organismul să fie supus la eforturi minime.

Cînd supraviețuitorul se va afla în apele inamicului, nu va folosi mijloacele de semnalizare pentru a nu-și demasca prezența. Aceasta o va face numai dacă a identificat cu certitudine că avioanele sau navele din apropiere sînt ale trupelor proprii, ale unei țări aliate sau neutre.

Supraviețuitorul trebuie să caute să ajungă pe uscat înainte de a-și fi epuizat forța fizică și rezervele de subzistență.

Indicii după care se poate stabili prezența uscatului în apropiere sînt următorii :

— prezența fixă a norilor Cumulus pe un cer senin, față de ceilalți nori care se deplasează;

— culoarea verde deschis sau albastru deschis a apei (unde apa are adîncime mare, culoarea acesteia este verde — albastru — închis) ;

— mirosul de pămînt (pe timp de ploaie sau ceață);

— zgomotele valurilor care se sparg de un țărm;

— țipetele neîntrerupte ale păsărilor de mare (indică direcția țărmului unde acestea își au cuiburile, iar locul dinspre care zboară dimineața și se întorc seara indică același lucru).

Naufragiatul poate să ajungă pe țărm înotînd, folosind acele stiluri de înot care duc la epuizarea minimă a forței fizice sau cu ajutorul unor mijloace plutitoare. Cînd înoată, naufragiatul va trebui să aibă asupra sa cel puțin un rînd de haine, pe care să le

protejeze de umezeală și pe care să le îmbrace la ajungerea pe uscat.

La apropierea de țărm, naufragiatul va căuta să înoate pe creasta unui val, deplasîndu-se o dată cu acesta, iar dacă valurile sînt foarte mari, atunci va înota în depresiunea dintre acestea.

Locul de ieșire pe uscat peste un țărm stîncos va fi ales acolo unde apa depășește stîncile. La apropierea de mal se va înota încet, pentru menajarea forțelor necesare cățărării pe stînci. Poziția cea mai sigură pentru luarea contactului cu uscatul este cea cu picioarele împinse în față și la 50 cm mai jos decît capul. Această poziție asigură amortizarea șocului la atingerea stîncilor.

Debarcarea pe țărm din barcă sau din alte mijloace plutitoare nu constituie o problemă cînd marea este liniștită.

În situația cînd marea este agitată cu valuri și mal stîncos, debarcarea devine periculoasă și cere multă îndemînare din partea naufragiatului.

Pe măsură ce barca se apropie de plajă (căutînd să fie menținută pe creasta unui val) se va vîsli cu putere pentru ca ambarcațiunea să urce cît mai sus pe plajă. Din barcă se va debarca numai după ce aceasta a atins uscatul.

În situația că malul se află în dispozitivul trupelor proprii, debarcarea se va face pe timp de zi, prevenind prin semnale trupele sau localnicii din zona de litoral.

După debarcare, supraviețuirea se va asigura în raport cu condițiile locale și specifice litoralului sau zonei în care se face deplasarea.

2. SUPRAVIEȚUIREA ÎN ZONA DE LITORAL

În zona de litoral, supraviețuitorul va acționa după principiile descrise în capitolele anterioare, cu următoarele particularități :

- adăposturile pot fi amenajate uneori din resturile unor epave (care se găsesc pe plajă) sau sub scobiturile existente în maluri (caverne ce se găsesc deasupra înălțimii mareelor) ;

- focurile care se fac în adăposturile amenajate în caverne trebuie să fie pale pentru a nu produce căldură mare și a sfărâma pietrele care constituie pereții adăpostului, rănind pe supraviețuitor ;

- se va ține cont de ritmul mareelor pentru a evita izolarea supraviețuitorului pe o stîncă sau banc de nisip, pe timp de flux ;

- la apariția nisipurilor mișcătoare, supraviețuitorul se va culca pe sol și tîrîș va părăsi zona periculoasă ;

- hrana principală o vor constitui peștii și păsările, care pot fi prinse cu ajutorul mijloacelor improvizate ;

- se va evita intrarea în apă pe timpul curenților violenți, pentru a nu fi dus de aceștia în larg ;

- se vor evita locurile unde au apărut vipera de mare, care are înțepături extrem de dureroase (dar nu mortale), calcanii și peștele torpilă, a căror descărcare electrică este neplăcută și meduzele care provoacă paralizie temporară.

3. SUPRAVIEȚUIREA ÎN TEREN MUNTOS

Din punct de vedere geografic și militar este considerat munte înălțimea care, în general, depășește 800 m dominînd fundul văilor cu peste 500 m.

Munții se împart în munți mici, mijlocii și înalți.

Munții mici sînt fără zăpadă permanentă și cuprind 3 zone: zona culturilor, pădurilor și pășunilor. Aproape în toate anotimpurile anului, aceste zone sînt locuite și oferă resurse corespunzătoare pentru asigurarea supraviețuirii.

Limita superioară a culturilor variază în funcție de economia locală și, în general, ea urcă mai sus pe versanții expuși la soare, iar versanții umbroși sînt cu păduri.

Munții mijlocii sînt acoperiți cu zăpadă în majoritatea timpului anului, dar totuși, aceștia oferă resurse suficiente pentru asigurarea supraviețuirii.

Munții înalți sînt acoperiți cu zăpadă, de regulă, în tot cursul anului, predomină terenul stîncos și ghețarii, apar fenomenele caracteristice altitudinilor (avalanșele de pietre și zăpadă, temperatură scăzută, vizibilitate redusă (uneori), schimbări dese și bruște de temperatură, aerul rarefiat care se răsfrînge negativ asupra rezistenței fizice a supraviețuitorului, vegetație puțină etc. și lipsesc, aproape complet, resursele pentru asigurarea supraviețuirii.

Supraviețuirea în munți prezintă anumite particularități referitoare la deplasarea, amenajarea adăposturilor, prevenirea degerăturilor și procurarea subsistențelor.

Deplasarea

Marșul în teren muntos (fie că este la urcare sau coborîre) cere un consum mare de energie din partea supraviețuitorului.

Pentru executarea unui marș lung cu minimum de oboseală, supraviețuitorul va trebui să respecte următoarele :

- să se deplaseze într-un pas constant pentru a evita sufocarea și transpirația ;

- să se dezbrace imediat ce apare senzația de căldură pentru ca îmbrăcămintea să rămână uscată ;

- să nu se deplaseze pe poteci și drumuri de munte, care ar putea să-i demaște prezența ;

- să evite deplasarea prin locurile periculoase pentru a nu se accidenta ;

- pe timp de iarnă să folosească pentru deplasare schiul sau rachetele de zăpadă (un strat de zăpadă proaspătă de 20 cm reduce viteza de deplasare cu 25%, de 40 cm cu 50%, iar peste 50 cm necesită schiuri sau rachete de zăpadă) ;

- să evite deplasarea în ziua când a nins (după o cădere abundentă de zăpadă), pe timp de vânt puternic și în zilele de creștere bruscă a temperaturii, pentru a nu fi surprins de avalanșă ;

- să folosească un piolet (băț) cu care să se sprijine pe timpul deplasării ;

- să evite deplasarea sau staționarea (chiar temporară) pe sub ghețarii care atîrnă sau cornișe de zăpadă în subplombă, deoarece există pericol de accidentare.

Prevenirea degerăturilor

Pericolul cel mai mare pentru supraviețuitor îl constituie frigul, întrucît afecțiunile care le provoacă pot avea consecințe dintre cele mai grave asupra sănătății (foamea provoacă moartea în câteva săptămîni, setea în câteva zile, iar frigul în câteva minute).

Frigul afectează corpul omului în mod inegal. Cele mai expuse părți ale corpului la degerături sînt picioarele, mai ales dacă sînt umede, miinile și obrajii goi.

Vîntul mărește în mod considerabil senzația de frig, deși foarte mulți supraviețuitori îl ignorează. Pentru a demonstra acest lucru ne vom referi la următorul exemplu : un vînt de 11 m/s, la temperatura de -10° produce același efect de răcire ca și o temperatură de -40° la un vînt de 1 m/s.

Umiditatea favorizează, de asemenea, degerăturile și reduce proprietățile izolatoare ale îmbrăcămintei. Pentru a înlătura acest lucru este necesar ca în ciuda eforturilor care se cer trebuie să se evite transpirația și udarea echipamentului.

Procurarea apei de băut

În munți sau pe timp friguros supraviețuitorul trebuie să bea mai multă apă datorită următoarelor cauze :

- efortul sporit, ca urmare a deplasării în teren accidentat la altitudini mari și intensitatea radiațiilor solare, provoacă o transpirație abundentă ;

- umiditatea scăzută a aerului și hiperventilarea pulmonară, determinată de altitudine, antrenează o pierdere abundentă de apă, prin aerul expirat.

Pierderile de apă pe timpul frigului sînt majorate de lăcrimări, scurgeri nazale, urinare la intervale mici etc.

Cantitatea de apă necesară consumului zilnic, în astfel de condiții, trebuie să fie de 3-4 litri.

În regiunea muntoasă sau pe timp de iarnă apa se procură mai ușor, datorită resurselor naturale exis-

tente din abundență. Deși apa rezultată din gheață sau zăpadă nu are calitățile apei de izvor, în situații critice ea poate fi consumată de supraviețuitor.

Procurarea hranei

În teren muntos posibilitățile de hrănire ale supraviețuitorului vor depinde în mare măsură de anotimpul în care se află.

Astfel, pe timp de vară și toamnă procurarea hranei este mult ușurată de existența a o serie de fructe de pădure ca : fragi, afine, zmeură, mere și pere sălbatice, alune, jir, ciuperci etc., care pot fi consumate de supraviețuitor chiar în stare naturală.

De asemenea, prin vînarea diferitelor specii de animale, păsări etc. care trăiesc în regiunea respectivă, supraviețuitorul poate să-și asigure nevoile de carne. Printre acestea amintim : iepuri, căprioare, urși, vulpi mierle, ciocănitoare, gaițe, potîmichi, păstrăvi, broaște, melci, arici etc.

Metodele și procedeele de prindere a vîetăților sălbatice (care trăiesc în regiune de munte), prepararea și conservarea hranei, nu se deosebesc de cele din regiunile de șes. Totuși, trebuie avut în vedere că păstrăvii se prind mai ușor în lunile octombrie-noiembrie, cînd își depun icrele și primăvara, cînd cursurile de apă sînt tulburi și ei urcă pe afluenții acestora pentru a găsi apă limpede.

4 SUPRAVIEȚUIREA ÎN MEDIUL URBAN OSTIL

În unele situații, supraviețuitorul se poate găsi, o anumită perioadă, în regiuni cu populație ostilă acestuia.

Pentru a supraviețui în astfel de condiții, supraviețuitorul trebuie să se adapteze mediului, corespunzător situației locale. Pentru aceasta este necesar ca acesta să-și procure acte false pentru a avea o motivare socială sau să adopte poziția unui bolnav mintal, surdo-mut etc. În astfel de condiții, supraviețuitorul își va amenaja adăpostirea în afara locurilor populate sau frecventate de populație.

În anumite situații cînd apar evacuări de populație, ca rezultat a unor calamități sau apropierii frontului etc., este posibilă supraviețuirea clandestină în mijlocul populației. În aceste condiții, pe timp de zi, supraviețuitorul va sta ascuns în anumite adăpostiri, iar noaptea se va deplasa spre dispozitivul trupelor proprii.

Practica a demonstrat că foarte mulți supraviețuitori au utilizat cu succes pentru deplasarea dintr-un loc în altul, în deosebi pe distanțe mari, și mijloacele de transport în comun.

5. SUPRAVIEȚUIREA ÎN CONDIȚII DE PRIZONIERAT

În orice situație s-ar afla pe cîmpul de luptă, militarul nu trebuie să înceteze în mod deliberat lupta, fără a fi utilizat toate mijloacele de apărare pe care le are la dispoziție și nici să se lase capturat de inamic, fără să opună rezistență. În caz de capturare forțată să caute să evadeze și să se întoarcă la unitatea sa.

Militarul care nu procedează astfel comite crima de dezertare și la terminarea ostilităților va fi obligat să justifice împrejurările în care a fost capturat, acțiunile pe care le-a întreprins pentru a evada (cu sau

fără succes), tratamentul care i-a fost aplicat de inamic și când a fost eliberat din lagăr.

Poporul nostru a fost întotdeauna recunoscător față de persoanele care au dovedit curaj și spirit de sacrificiu pentru apărarea patriei, a dat dreptate celor nevinovați și a pedepsit sever pe lași și trădători de patrie.

Situațiile multiple și complexe care se pot ivi pe timpul desfășurării acțiunilor de luptă pot aduce pe unii militari în poziția de prizonieri, chiar dacă aceștia nu au acceptat sub nici o formă ideea prizonieratului. Una din aceste împrejurări poate fi rănirea militarului în adâncimea dispozitivului inamicului sau pe timpul retragerii.

În alte situații, militarul poate fi capturat prin surprindere, fără a avea posibilitate să utilizeze armamentul de care dispune, pentru a opune rezistență. În aceste condiții rolul principal revine iscusinței și curajului care îl vor ajuta pe prizonier să evadeze și să se întoarcă în dispozitivul trupelor proprii.

Oricare ar fi cauzele capturării, militarul trebuie să dea dovadă de singe rece, să analizeze toate posibilitățile care facilitează evadarea și prin aplicarea celor mai adecvate metode și procedee să evadeze pentru a-și recăpăta libertatea. Trebuie ținut cont că primele momente oferă cele mai bune condiții de a scăpa din prizonierat și acestea trebuie exploatate la maximum.

Militarul devenit prizonier constituie o sursă informativă importantă pentru inamic pe care acesta va căuta s-o exploateze prin diferite metode și procedee. Printre acestea amintim: „amabilitatea“, încrede-

rea, oferirea de avantaje, intimidarea, amenințarea cu constrângerea, lovirea directă, torturarea etc.

Este inutil ca acesta să opună o rezistență deschisă în fața faptelor. El trebuie să ia toate măsurile pentru a distruge documentele sau materialele compromițătoare de care dispune, înainte ca acestea să intre în posesia inamicului, să păstreze un minimum de lenjerie, îmbrăcăminte practică care nu bate la ochi, un cuțit solid (pumnal), obiectele de toaletă, de scris etc. Prizonierul trebuie să-și ascundă banii, iar 1-2 obiecte de valoare de care dispune să le lase să-i fie luate, fără a obiecta.

Prizonierul poate cere să-și păstreze obiectele personale, fără valoare militară, dar fără să insiste, iar după ce s-a întocmit inventarul regulamentar, să adopte o atitudine de indiferență.

Este necesar să se rețină că, de regulă, prima interogare este scurtă și se referă la informații ce pot fi exploatate imediat. Uneori, acest lucru se poate întâmpla chiar înainte de percheziționare. În acest timp prizonierul trebuie să aibă în vedere că se află în fața inamicului care ar dori să afle cât mai mult, chiar de la prima interogare. În acest caz n-ar fi exclus ca de la început inamicul să dea dovadă de nervozitate și să treacă la brutalizare.

Oricare ar fi situația, prizonierul nu trebuie să declare decât datele prevăzute în „Convenția de la Geneva“ din anul 1949 privitoare la prizonierii de război (numele și prenumele, gradul, data nașterii și numărul matricolului). Prizonierul poate exagera faptul că este epuizat fizic sau bolnav pentru a urgenta trimiterea lui la punctul de adunare a prizonierilor, în spital sau în lagăr.

Atitudinea inițială luată de prizonier, referitoare la răspunsurile date întrebărilor ce i s-au pus, va trebui să fie neschimbătoare. Acesta va trebui să știe să lupte împotriva oboselii, luminii orbitoare, „atenției ce i se acordă”, torturilor etc.

Împotriva oboselii va căuta să evite crisparea care provoacă dureri de cap și schimbarea alternativă a greutatea corpului de pe un picior pe altul.

Împotriva luminii se va lupta prin evitarea deschiderii complete a ochilor și contractarea lor.

Prizonierul va căuta sub orice formă să nu cedeze în fața presiunilor sau promisiunilor. Dacă îi vor fi oferite diferite alimente, băuturi, țigări etc. va căuta să se servească cu prudență fără a divulga nici un fel de date informative cu privire la trupele proprii.

„Convenția de la Geneva” din anul 1949 va fi folosită ca armă de apărare împotriva torturilor. Prizonierul, care consideră că torturile care i s-ar aplica ar fi insuportabile, poate întreprinde acțiuni de opunere.

Dacă situația și condițiile concrete permit, prizonierul trebuie să folosească orice prilej pentru a evada. Astfel de cazuri sînt : pe timpul transporturilor pe cale ferată sau cu mijloace auto, pe timpul alarmelor aeriene și al bombardamentelor etc.

Dacă pe timpul transportului spre lagăr, prizonierul nu a putut evada, acesta va căuta să evadeze din lagăr, alegînd momentul cel mai prielnic care îl poate favoriza pentru ca evadarea să se poată desfășura cu succes.

În acest scop, după sosirea în lagăr, prizonierul va studia toate condițiile posibile pentru menținerea sa într-o stare fizică și morală bună, pentru cu-

noașterea interiorului și împrejurimilor, a programului și activității care se desfășoară în lagăr, pentru a putea determina toate elementele ce i-ar înlesni evadarea. Pentru evadarea din lagăr se pot folosi : lucrările de canalizare ; scoaterea unor scînduri din barăcile de lemn ; sărirea gardurilor (de zid, scîndură, sîrmă ghimpată etc.) ; deschiderea ușilor cu chei false ; coruperea unor militari din serviciul de pază sau exploatarea neatenției acestora.

Pentru menținerea condiției fizice, prizonierul se va antrena zilnic, fără a aștepta degenerescența musculară, consecință a unei vieți fără mișcări și a subnutriției.

Prizonierul va executa zilnic mișcări speciale de gimnastică (extensii, flexiuni, mișcări respiratorii și de efort pentru a solicita inima etc.), va ține curat în jurul său, se va alimenta în mod rațional, căutînd toate posibilitățile pentru procurarea de alimente cu un bogat conținut de vitamine și proteine.

Moralul ridicat al prizonierului se menține prin găsirea unui grup de prieteni care se ajută reciproc pentru a rezista acțiunilor psihologice exercitate de inamic, decepțiilor zilnice și rutinei lagărului. La aceasta mai contribuie și speranța în găsirea momentului prielnic pentru a evada. Parte din aceste momente pot fi și perioadele în care prizonierii sînt scoși din lagăr la muncă.

Evadarea cuprinde trei activități bine distincte : pregătirea evadării, evadarea propriu-zisă și trecerea frontierei de stat sau a limitei dinainte a apărării.

Pregătirea evadării constă din studierea și stabilirea posibilităților de evadare din lagăr, procurarea

informațiilor necesare referitoare la situația locală de pe direcția de deplasare a prizonierului după evadare și asigurarea bazei materiale necesare evadării.

Informațiile despre situația locală pot fi obținute din lectura zilnică a ziarelor și revistelor, iar baza materială se va completa treptat, atît cu chei false pentru deschiderea ușilor, cu alimente (ciocolată, zahăr, carne afumată etc.), cu îmbrăcăminte, cît și cu acte false și diferite unelte și scule necesare supraviețuirii (cuțit, ace, bucăți de fier, laț pentru vînat, momeli, sfori, corzi etc.) Dacă parte din acestea nu vor putea fi asigurate din lagăr, ele urmează a fi procurate după evadare, din raioanele prin care se execută deplasarea.

Pentru reușita evadării se pot constitui echipe de sprijin formate din prizonierii de încredere care nu vor divulga secretul evadării.

Viitorul evadat va studia în detaliu fiecare mijloc și procedeu pe care îl va folosi pentru a ieși din lagăr, a traversa țara și a ajunge la locul dorit. Acesta își fixează un itinerar general, cu 1-2 variante, pe care îl memorează. Înainte de părăsirea lagărului se va machia și deghiza pentru a nu fi recunoscut și pentru a se confunda cu populația locală.

După evadare, militarul va trebui să se deplaseze cît mai repede și mai departe de lagăr pentru a ieși din raza elementelor de pază și intervenție ale lagărului în caz de alarmă. Pentru aceasta va utiliza mijloacele de transport ocazionale rapide, ca : bicicletă, autovehicul, tren etc., luîndu-și toate măsurile pentru a nu putea fi identificat și prins.

Evadatul va evita să discute cu populația pe care o întîlnește, iar dacă va fi întrebat va răspunde prin gesturi, zîmbete sau cuvinte imperceptibile.

Va evita să staționeze în gări sau locuri frecventate de organele de poliție și control.

La sosirea trenului, evadatul va proceda la fel ca ceilalți cetățeni, iar părăsirea peronului se va face intrînd în mijlocul grupului de călători.

Traversarea orașelor se va face în orele cu maximum de aglomerație (dimineața, la prînz sau seara).

În apropiere de frontieră (linia frontului) va studia cu atenție regimul de pază sau siguranță, căutînd să ocolească punctele și organele care ar putea să-i stingherească trecerea. Frontiera (linia frontului) va fi trecută numai noaptea. Înainte de traversarea frontierei (liniei frontului), evadatul se va opri într-un post de observare complet mascat și cu un bun sector de observare a direcției pe care urmează să se deplaseze. Din acest punct de observare va nota sau reține : toate activitățile care le execută elementele de pază ale inamicului la anumite ore ; punctele caracteristice din teren pe care le va folosi ca repere de orientare pe timpul deplasării ; distanța aproximativă pînă la frontieră (linia frontului) și în cît timp va fi parcursă ; itinerarul exact de parcurs ; punctele de ascundere în cazul apariției inamicului prin surprindere.

După traversarea frontierei (liniei frontului) și pătrunderii pe teritoriul trupelor proprii, evadatul trebuie să fie în continuare foarte atent, căci aceste puncte sînt nevralgice și prezintă surprize de ultim moment.

Dacă evadarea eşuează, înseamnă că prizonierul va fi din nou supus percheziției și interogatorului. Totuși, acesta nu trebuie să se descurajeze, deoarece posedă o anumită experiență care îi poate fi de folos pentru o nouă acțiune de evadare.

ALIMENTELE DE ORIGINĂ VEGETALĂ CARE POT FI FOLOSITE PENTRU A SUPRAVIEȚUI

În condiții deosebite, omul nu are întotdeauna acces la plantele de cultură, sau dacă are nu poate prepara culinar aceste plante, fapt ce implică utilizarea în hrană a plantelor sălbatice și de cultură în stare crudă.

Plantele sălbatice în fiecare anotimp oferă omului anumite părți comestibile, după cum urmează :

1. Primăvara și vara — frunze tinere de fag, tei, dud, smeură, urzică, păpădie, măcriș, ștevie, unișor, lobodă, cicoare, lăstari fragezi și cîrcel de viță-de-vie, lăstari tineri și petale de măceși și trandafiri etc. ;

— ciuperci comestibile de cîmp și pădure;

— fructe: fragi, duche, cireșe, afine, smeură, mure, agrișe, coacăze.

2. Toamna și iarna :

— fructe: mere și pere pădurețe, castane, ghindă, jir, alune, coarne, măcieșe, moșmoane, nuci, răchitele etc.;

— rădăcini de iarbă dulce ;

— ciuperci comestibile.

La foarte mare nevoie și în condiții cu totul deosebite în funcție de anotimp, se pot consuma și tuberculi de: creasta cocoșului, nufăr, coaje de mesteacăn, salcie, rizomi, rădăcini de papură, brusture etc.

Verdețurile sălbatice comestibile conțin aceleași substanțe hrănitoare și dau gust bun în pregătirea felurilor de mâncare

ca și verdețurile de grădină. La culegerea acestor verdețuri comestibile, trebuie să se respecte următoarele reguli :

- se vor folosi oameni care cunosc bine aceste plante;
- nu se vor culege verdețuri ofilite, îngălbenite și putrezite;

- nu se vor culege verdețuri de pe lângă drumuri, deoarece acestea în majoritatea situațiilor sînt infectate;

- nu se vor culege plante de pe ogoarele la a căror îngrășare se folosesc îngrășămintele chimice, deoarece pot fi otrăvitoare;

- se vor culege frunzele numai înainte de înflorirea plantelor, întrucît au gust mai bun;

- culesul se va face către asfințitul soarelui, deoarece frunzele sub influența razelor solare formează substanțe hrănitoare, care pe timpul nopții trec în vîrstare și rădăcină, de aceea nu se recomandă culegerea frunzelor dimineața;

- rădăcinile se vor culege numai dimineața.

Înainte de a fi folosite, verdețurile se spală bine în mai multe ape, pentru a nu avea pe ele nisip, pămînt, ouă de parazii, diferite insecte etc.

Compoziția chimică a plantelor comestibile sălbatice și de cultură, alături, este foarte variată. Ele au un conținut bogat în apă, glucide, acizi organici, săruri minerale și vitamine, mici cantități de proteine și grăsimi.

CIUPERCII

Ciupercile sînt numeroase specii, atît comestibile cît și otrăvitoare.

Ciupercile comestibile au un conținut bogat în vitamine (A.B.D.), săruri minerale, substanțe azotoase și zaharuri. Se consumă fierte sau coapte pe jar, iar unele se pot minca și în stare crudă. Se pot conserva prin tăiere în felii și uscate la soare, precum și prin păstrare în saramură.

O ciupercă în mod deosebit se compune din :

- o pălărie sub care se găsesc lamele așezate radial, tuburi sau un fel de ace;

- un picior care are adesea în partea superioară un inel sau colier la baza rămășițelor membraneli care înconjoară și învelește ciuperca tînără (valva) al cărui aspect seamănă cu o jumătate de coajă de ou, are o pungă mică.

Minătările, se recunosc după prezența multiplelor alveole sau pori de pe fața interioară a pălăriei. Acești pori reprezintă extremitatea tuburilor fine paralele. Aceste tuburi sînt ușor de separat de carnea pălăriei. Se numără mai multe specii din acestea, unul singur trebuie considerat ca suspect și aruncat și anume minătarea dracului. Minătarea amară și minătarea mică piperată, pot da o mîncare ce nu poate fi mîncată, însă sînt inofensive.

Sub numele generic de ciuperci otrăvitoare sînt cuprinse speciile de ciuperci al căror consum produce intoxicații grave.

Unele sînt toxice în întregime, altele un pic mai numeroase sînt toxice prin bacele lor. Ele trebuie să fie aruncate

atunci cînd există o îndoială. Dintre toate bacele, singurele toxice sînt cele roșii și negre. Cele albe sau incolore, în mod obișnuit nu sînt toxice.

Amanitele mortale, nu pot fi definite și recunoscute decît printr-un ansamblu de caractere și nu printr-o particularitate remarcabilă :

- prezența unei valve membruoase în formă de sac în partea îngropată;
- lamele albe;
- marginea pălăriei stricată;
- miros puțin puternic;
- spori albi (praf fin ce se recoltează scuturînd pălăria)

devenind violeti sub acțiunea tincturii de iod.

Solurile necomestibile (otrăvitoare) mai cunoscute sînt :

- ciuperca albă, buretele pestriț, buretele de tîrș, buretele cerbilor, buretele puturos (pucios), hrib țigănesc, băloșelul, gogoașa, bureții păroși.

Dacă există bănuiala de intoxicație cu ciuperci se va proceda în felul următor :

- nu se bea apă;
- se încearcă vomarea urgentă și cît mai abundentă;
- după vomă se bea apă caldută cu praf de cărbune, sau la ficcare 30 minute un pahar cu apă în care s-a dizolvat o lingură de sare. Dacă se constată ameliorări, se micșorează intervalul de timp pentru administrarea apei sărate.

PREGĂTIREA ȘI CONSERVAREA HRANEI

PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINĂ ANIMALĂ

Pentru a supraviețui în condiții deosebite, omul este nevoit să-și procure hrană din vînat și pescuit. Cantitatea de carne obținută, poate uneori să depășească nevoile curente de consum, fapt ce implică conservarea acestora cu mijloacele existente la îndemînă.

În această situație, se impune o cunoaștere amănunțită a mamiferelor, păsărilor, peștilor, crustaceelor și broaștelor ce fac obiectul vînatului și pescuitului.

De asemenea trebuie cunoscute și unele metode simple de conservare.

a) Vînatul a cărui carne se consumă obișnuit

1. **Mamifere** : iepurele, cerbul, cerbul lopătar, căpriorul, capra neagră, porcul mistreț, ursul.

2. **Păsări** : rața sălbatică; mare, pestriță, ciriltoare, pitică, fluierătoare, sulitar, lingurar, cu ochii albi, moțată; gîscă: de vară, de semănătură; lișița, cocoșul de munte, cocoșul de mesteacăn, jerunca, fazanul, drobia.

b) Vînatul a cărui carne se consumă mai rar

1. **Mamifere** : bursucul, bizonul, nutria.

2. **Păsări** : sturzul, fluierarul, nagîțul, cirîștelul de baltă, gaița, stăncuța, țigănușul, ferăstrăul, vrabia, cinteza.

c) **Pește** : toate speciile.

d) **Crustacee** : racul, homarul, langusta, crevetele.

- e) **Moluste:** scoici, melci, stridii, midii.
f) **Broaște.**

Conservarea cărnii de vînat

În mod obișnuit carnea de vînat se consumă după o prelăbură maturare mai avansată sub forme de preparate culinare specifice. Ea are o conservabilitate mai redusă din cauza condițiilor de recoltare și prelucrare (sîngerare incompletă, eviscerare întîrziată etc.).

Dacă în anumite situații se impune conservarea cărnii de vînat pentru mai mult timp, se recomandă a fi luate unele măsuri ce duc la prelungirea duratei de conservare. Astfel se impune ca în timpul cel mai scurt să se execute:

- sîngerarea animalului vînat;
- scoaterca alicelor, gloanțelor și curățirea plăgilor;
- jupuirea în condiții perfecte de igienă, cu îndepărtarea țesuturilor zdrobite;

— eviscerarea cu atenție spre a se preveni ruperea și vîrșirea masei gastro-intestinale, a vezicii urinare și a vezicii biliare. Carnea eviscerată în maximum 1 oră după vîinare, poate fi supusă conservării. Și în ceea ce privește calitatea și recomandările de consum, se înregistrează modificări din cauza întîrzierii eviscerării, ajungîndu-se toamna și iarna după 12—18 ore, la deprecierea totală a cărnii.

Vara, întîrzierea eviscerării, duce la deprecierea cărnii în timp mult mai scurt.

După eviscerare, animalul întreg este agățat într-un loc răcoros, ferit de muște, spre a se răci și zvînta.

Timpul necesar răcirii corpului de diferite specii, rezultă din tabelul de mai jos.

N. Z. U.	Specia de vînat	Timpul necesar de răcire		Obs.
		Toamna	Iarna	
1	Capra neagră	8—10 ore	—	Eviscerat
2	Cerbul	12—14 ore	10—12 ore	— „ —
3	Mistrețul	12—14 ore	10—12 ore	— „ —
4	Cerbul lopătar	10—12 ore	8—10 ore	— „ —

N. Z. U.	Specia de vînat	Timpul necesar de răcire		Obs.
		Toamna	Iarna	
5	Căpriorul	8—10 ore	6—8 ore	Eviscerat
6	Iepurele	5—7 ore	4—6 ore	— „ —
7	Fazanul	5—4 ore	3—4 ore	Cu intestine
8	Păsări acvatice	5—6 ore	3—5 ore	Eviscerat

Vara timpul de răcire este mai mare.

Și în cazul vînatului cu pene, se aplică aceleași procedee executate la fel de rapid pentru obținerea unei cărnii de bună calitate și cu durată mare de conservare.

În condiții speciale se pot aplica metode simple de conservare, care diferă în funcție de anotimp.

Pe timp de iarnă, animalele și plantele sînt rare.

În cazul în care se omoară un animal mare sau din animalele mici, pentru a se folosi în viitor carnea acestora, se pune imediat la înghețat, folosind următoarele mijloace.

— carnea proaspătă se răspindește imediat în jurul adăpostului;

— se face o gaură în pămînt înlocuind frigiderul;

— se agăță carnea tăiată fișii în copaci, acolo unde bate vîntul și soarele. Carnea tăiată în fișii, se usucă la vînt sau la fum. Fișile din carne se pun pe un grătar din lemn și se usucă pînă ce carnea devine fragedă. Pentru foc se folosește salcia, mesteacănul și mesteacănul pitic, deoarece copaci rășinoși ca pinul și bradul schimbă gustul cărnii.

Se construiește o afumătoare. Se atîrnă carnea și se face un foc mic sub ea. O altă formă (metodă) mai rapidă de afumare a cărnii este următoarea: se sapă o groapă adîncă de aproximativ 1 m și largă de 0,50 m. Se face foc mic pe fundul gropii (după aprinderea focului se folosește lemn verde pentru fum). Se pune un grătar din lemn la aproximativ 0,75 m de la fundul gropii. Se folosesc bețe, ramuri sau frunze pentru acoperirea gropii.

Metodele de păstrare a peștilor și păsărilor se aseamănă foarte mult cu acelea ale păstrării cărnii animalelor.

Peștii trebuie curățați de solzi sau jupuiți, în primul caz curățați cu vigoare de la coadă spre cap, în cel de-al doilea caz pielea spre cap (peștii plăți în special). Pentru țipari se procedează ca și cu șerpii. Carnea acestor animale, alburie sau roșie, dăscul de fragedă, putrezește repede, se consumă fiartă, coaptă sau friptă.

Pentru a pregăti peștele pentru afumat, se taie capul și se scoate șira spinării, apoi se întinde și se fixează în această poziție. Pentru afumatul peștelui se folosesc crengi de salcie cu coajă. Peștii pot fi uscați și la soare, atârnați pe crengi sau întinși pe pietre calde. Când carnea se usucă, se udă cu apă de mare pentru a se săra.

Un procedeu original pentru frăgezirea sau gătirea (fără foc) a câinu de pește, în a o lăsa să se macereze 12 ore tăiată în bucăți mici, într-un amestec format dintr-o treime apă de mare și 2/3 zeamă de lămâie sau oțet.

Peștii de mare nu se pot păstra decât dacă sînt bine uscați și sărați.

Crustaceele se mănîncă în general fierte, dar cele mai mari pot fi fripte pe jar și astfel au mai mult gust. În această categorie intră crabii de apă dulce și sărată, langustele, homarii, crevețele. Majoritatea sînt comestibile, însă se strică repede și unele au paraziți periculoși. Se găsesc sub pietre sau se pescuiesc din bălțile formate de marce. Cele de apă dulce se prepară, iar cele de apă sărată se pot mînca și crude.

Șarpele este comestibil, în special șerpii de apă.

Vipera poate fi mîncată dacă i se taie capul, pentru a elimina glandele de venin.

Toate aceste animale (reptile) trebuie să fie curățate imediat ce sînt prinse, ceea ce se execută cu ușurință după o mică spintecătură abdominală.

Ele se jupoale foarte bine de la cap spre coadă. Șerpii se spinzură de cap (care se taie pe urmă) se face o incizie circulară sub lizatină și se trage pielea spre coadă.

Larvele, lăcustele, termitetele și majoritatea celorlalte insecte sînt hrănitoare și sînt gustoase dacă sînt bine preparate. Se pot face supă sau tocană. Ele conțin proteine. Lăcustele în mod deosebit trebuie gătite, pentru a se omorî paraziții pe care îi conține corpul lor.

Pentru conservarea cărnii de vinat pe timp de vară se procedează ca și iarna, dar reușita metodei este mai sigură prin adăug de sare.

Carnea după caz se mai poate conserva prin sărare uscată sau umedă, tăiată în bucăți.

Pentru perioade scurte, în lipsă de sare, fum sau soare puternic, vinatul după jupuire, eviscerare, răcire și zvîntare, poate fi ținut într-un loc răcoros (umbrare) bine aerisite. Picioarele vor fi distanțate cît mai mult de corp, iar părțile laterale ale abdomenului se vor deschide bine cu ajutorul unor bețe de lemn. În toate cazurile, animalele sau păsările sînt atîrnate la distanță unele de altele și nu trebuie să se atingă de pereții adăpostului, spre a putea circula în bune condiții aerul.

UNELE METODE PENTRU PREVENIREA UNOR DERANJAMENTE STOMACALE ȘI INLĂTURAREA GREȚURILOR

Felul de viață al omului primitiv demonstrează că în condiții speciale, omul poate folosi ca hrană și ca mijloace de tratament a unor boli, plantele și unele produse de origine animală, fără ca în prealabil să fi fost preparate.

În acest scop, este important să se cunoască, care sînt produsele vegetale care pot constitui alimente sau remedii medicamentoase și care dintre ele trebuie evitate fiind toxice, destul de periculoase. Pentru aceasta trebuie să se cunoască aspectele lor.

Deoarece consumul de plante și în special de animale nepregătite (nepreparate) pot provoca unele deranjamente stomacale, se va căuta să se folosească unele plante sau părți din acestea care pot preveni, atenua, sau înlătura aceste tulburări.

Astfel, consumul de carne sau pește crud, poate provoca grețuri, vărsături, pentru a căror evitare este indicat să se folosească în timpul mesei, produse vegetale de natura usturoiului, hreanului sau muștarului.

În țara noastră crește o plantă ierboasă numită popular „usturoiță”, cu o tulpină dreaptă sau ramificată numai în partea superioară, cu flori albe cu 4 petale, cu un fruct în formă de păstaie, cu miros și cu gust puternic de usturoi, în special după strivire. În alte țări și în special în Franța, planta este consumată în locul usturoiului. Se înfilnește prin tufișurile și luminșiurile pădurilor de la cîmpie și deal, începînd din aprilie pînă în septembrie.

De la această plantă se consumă frunzele și ramurile tinere, proaspete, în cantitate de 20—40 grame.

De asemenea, prin crînguri și chiar locuri cultivate, poate fi găsită planta numită popular „pure“, care se aseamănă foarte mult cu usturoiul. Are același gust ca și usturoiul și pot fi folosite atât părțile vizibile cit și bulbul din pămînt.

Prin locurile pe unde se găsește planta numită „hreniță“, plantă ierbacee, cu tulpină ramificată, cu frunze compuse formate din 7—9 foliole, cu flori mici ce prezintă 4 petale albe, iar fructul are un gust iute. Poate fi folosită planta întreagă și în special semințele pentru gustul lor iute și arzător.

De asemenea, se găsesc din abundență, multe specii de muștar sau rapiță, a căror semințe înlocuiesc muștarul comercial.

Pentru înlăturarea gustului neplăcut, în special al produselor de origine animală, se pot folosi plante aromatizate și în special cimbrul de câmp, o plantă ierboasă, cu tulpina întinsă pe pămînt, cu frunze mici ovale și flori purpuri. Întreaga plantă are gust și miros aromat, asemănătoare cimbrului și se folosește în cantități mici, uscată și fărîmîțată, peste alimentele respective.

O altă serie de plante ce pot fi folosite în acest scop sînt cele care au fructe cu gust acrișor sau acru.

Astfel, pot fi găsite începînd din luna mai, redate în ordine coacerii fructelor următoarele: agrișe, zmeură, mure, alune, cătină, gherghine, mere pădurețe, porumbe, măceșe etc. Fructele acestor plante, pe lângă faptul că pot fi întrebuințate ca alimente, constituie importante remedii medicamentoase, folosite pentru înlăturarea grețurilor, în special datorită gustului lor acrișor.

Măcrișul, plantă întâlnită prin fînețe și potenile pădurilor, datorită gustului său acru, poate fi folosit în același scop.

2. EVITAREA TRANSPIRAȚIEI

Imediat după începerea misiunii, în condiții de supraviețuire, echipamentul din dotare trebuie adaptat condițiilor de mediu fizic extern: anotimp, umiditate, relief, alte particularități geografice, pentru a evita consumul energ-

tic suplimentar și pierderile de căldură și apă. Indiferent de condiții, chiar la temperaturi ridicate, se va păstra cel puțin rufăria de corp, pentru a se menține o anumită umiditate în contactul imediat cu pielea. Expunerea liberă a corpului uman, neacoperit de lenjerie, prin desființarea straturii de aer dintre piele și rufărie și inexistența unei protecții conferite de țesătura de fibre naturale sau artificiale, sporește pierderea de căldură și mărește cheltuielile de energie a organismului.

Supraviețuitorul trebuie să păstreze lenjeria umedă pe corp, astfel ca uscarea să se facă la temperatura organismului, în mod lent, fără pierderi bruște de căldură umedă, iar transpirația pielii să fie diminuată.

Consumul de apă în condiții de supraviețuire se raționalizează în raport cu nevoile organismului, de pierderile normale (urină, transpirație), de natura efortului fizic și de posibilitățile de a obține cantitatea necesară. Atunci cînd și alimentația este precară, rația de apă și alte lichide, va fi de 2500 ml. Pentru ca pierderea de lichide să fie cît mai redusă, apa se bea în cantități mici și repetate, la distanță de mesele care constau din carne crudă sau vegetale crude. Se vor evita astfel deranjamentele digestive, care pot prin diareea produsă, să scoată din organism cantități foarte mari de lichide și să tulbure grav sănătatea.

Se va evita pe cît posibil consumul unor cantități de apă mai mari, întrucît eliminarea ei prin transpirație, respirație, urină, fecale, are drept consecință și o pierdere de săruri minerale, în special de sare.

Cînd în alimentație se poate asigura o rație de fructe, legume, părți verzi de plante, carne crudă, care conțin o cantitate însemnată de apă, rația de apă de băut, poate fi redusă la 1500 ml. Aceasta se va consuma în cantități mici, între mesele de supraviețuire.

În cazul deranjamentelor digestive cu diaree și vărsături, în prima urgență se renunță la alimentele obținute din mediu, păstrîndu-se numai rația normală de apă.

În condițiile supraviețuirii, efortul muscular trebuie raționat la nevoile strict impuse de misiune sau de izolare temporară. Efortul suplimentar muscular, crește transpirația și eliminarea de urină, scoțînd astfel din organism, mari cantități de săruri minerale, ceea ce duce la apariția

unor tulburări. Un singur litru de transpirație, poate elimina din organism până la 1/3 din rația zilnică de săruri minerale, în special clorură de sodiu (sare de bucătărie).

În condiții de efort fizic și de temperatură ridicată, transpirația poate ajunge la 2—3 litri în 24 ore, de aceea în perioada supraviețuirii, singura sursă de săruri minerale o constituie fructele și legumele proaspete, culese din mediul înconjurător, dar consumate rațional, în cantități moderate, care să dea senzația de calmare a foamei. Consumul de carne crudă sau ouă de pasăre, nu trebuie să depășească 200—300 g pe zi, aproximativ 90% din acestea constituind aportul de apă cu săruri minerale capabile să rețină lichidele în organism și să evite eliminarea lor prin transpirație.

MIJLOACE NATURALE DE COMBATERE A URTICARIEI ȘI INTOXICAȚILOR

1. Urticarea și tratamentul ei simplificat

Urticarea se manifestă prin mâncărime și prin apariția la nivelul pielii a unor pete roșii reliefate și de mărime diferite. Este cauzată de unele alimente (scoici, melci, raci, carne de porc, căpsuni, cereale, ouă, lapte, roșii, ciocolată) și de înțepături de insecte (țânțari, muște, albine, păianjeni).

Urticaria poate fi însoțită în afară de mâncărime insuportabilă, de indispoziție generală, greață și uneori febră. În lipsa unor mijloace medicamentoase potrivite, se utilizează pentru combaterea mâncărimei o fiertură de patlagină sau de nalbă, de flori de tei împreună cu flori de mușețel, cu care după răcire, se tamponează pielea în regiunile afectate. Din aceeași fiertură, în caz de greață sau alte tulburări digestive, se poate bea de către bolnav o cantitate de 100—200 g de mai multe ori pe zi. De asemenea, se poate lua cu bună eficacitate împotriva mâncărimei și tulburărilor digestive, o fiertură de panseluțe de câmp (trei frați pătați).

În eventualitatea prezenței diareei și crampelor abdominale, se poate prepara și da bolnavului, cu prudență, o fiertură de 100—200 g frunze de mătrăgună, de laur, sau de măselariță și care se poate repeta de 2—3 ori pe zi.

2. Intoxicații posibile și tratamentul lor simplificat

Intoxicația cu „pălăria șarpelui“ sau „buretele peștii“ (clupercă de culoare roșie cu pete albe), produce semne ca: salivatie și lăcrimație abundentă, dureri de cap, transpirație, greață, diaree, tulburări de vedere.

În primul rând, la începutul semnelor de intoxicație, i se provoacă bolnavului vărsătură. În continuare, i se dă bolnavului să bea o fiertură de mătrăgună, de laur sau de măselariță, preparate cu o cantitate dublă de plantă (300—400 g) pentru o dată.

Intoxicația cu semințe de ricin.

Un număr mai mare de 4—5 semințe de ricin, poate provoca o intoxicație cu senzația de arsură esofagiană și stomacală, dureri de abdomen, vărsături, dureri sanghinolente și chiar moartea. La începutul semnelor de intoxicație, se caută în mod obligatoriu să se provoace o vărsătură, după care se face o fiertură de nalbă sau de tei, mușețel sau de semințe de in și i se dă intoxicatului.

Intoxicația prin consum de scoici.

Semnele principale sînt: amorțeală, astenie, răcirea corpului, dezechilibru la mers, tulburări de vedere.

Tratamentul constă în administrarea de purgative, cîteva semințe de ricin (3—4 semințe), după ce mai întîi s-a provocat bolnavului vărsături.

LISTĂ

cu ustensilele necesare procurării, preparării
și servirii hranei

A. Pentru procurarea hranei :

- lanternă ;
- raniță ;
- grătar de fier ;
- lopată, cazma mică ;
- lame bine ascuțite ;
- băț ascuțit ca o sulită ;
- lațuri de sfoară ;
- capcane și curse ;
- praștie dintr-un elastic și un băț bifurcat ;
- undițe și cirlige ;
- bucăți de sticlă ;
- oțet, lămâie.

B. Pentru prepararea hranei :

- vase din tuci, fier, tablă, lut, lemn de diferite mărimi ;
- chibrituri, brichetă, amnar și iască, lupă, luminare, benzină, cartuș luminos de semnalizare, praf de pușcă scos din cartușe ;
- topor ;
- cuțit cu vîrf ;
- pilă sau gresie.

C. Pentru servitul hranei :

- farfurii din tablă adînci și întinse ;
- lingură mare și mică ;
- furculiță ;
- sare de bucătărie.

C U P R I N S U L

	<u>Pag.</u>
I. Principii generale de supraviețuire . . .	5
II. Noțiuni generale despre factorii atmosferici; influența acestora asupra condițiilor de supraviețuire . . .	18
1. Structura atmosferei	19
2. Mișcările atmosferei	21
3. Vânturile	22
4. Clima	25
5. Ceata	27
6. Norii	27
7. Unele indicii de prevedere a timpului probabil în funcție de fenomenele meteorologice	30
III. Procedee de orientare și deplasare în teren necunoscut	35
1. Unele procedee de aflare a punctelor cardinale	35
2. Cîteva probleme legate de deplasarea în teren necunoscut	45
3. Mascarea și siguranța deplasării	50
VI. Refugiul și adăpostirea	53
1. Tipuri de corturi	55
2. Nișă în pămînt	61
3. Tipuri de colibe	63
4. Adăpostiri pe timp de iarnă	68
V. Importanța focului în asigurarea supraviețuirii	78
1. Alegerea locului pentru vatra focului	79

	Pag.
2. Felurile de focuri	79
3. Combustibilul	94
4. Aprinderea focului	95
5. Prevenirea incendiilor	101
6. Păstrarea și transportarea focului	101
VI. Procurarea, filtrarea, dezinfectarea și păstrarea apei	103
A. Procurarea apei	105
1. Apa de la suprafața solului	105
2. Apa subterană	106
3. Alte surse de aprovizionare cu apă	109
B. Filtrarea apei	114
C. Procedee de dezinfectare a apei	117
D. Păstrarea și transportul apei	118
VII. Procurarea, confecționarea și folosirea echipamentului improvizat	119
1. Procurarea materialelor	119
2. Confecționarea echipamentului improvizat	120
3. Folosirea echipamentului improvizat	123
VIII. Alimentele de origine vegetală care pot fi folosite pentru a supraviețui	125
1. Rădăcini și tuberculi	126
2. Fructe, bace, boabe	128
3. Frunze, mlădițe și muguri tineri	129
4. Ciupercile	133
IX. Procurarea alimentelor de origine animală	135
1. Modul de folosire a mijloacelor improvizate pentru prinderea mamiferelor și a păsărilor	136
2. Metode și procedee de pescuit	138
3. Metode de prindere a moluștelor, a broaștelor și a reptilelor	140
X. Cele mai importante plante medicinale. Întrebuințarea și conservarea lor	141

	Pag.
XI. Pregătirea și conservarea hranei	147
1. Pregătirea alimentelor de origine animală	147
2. Pregătirea alimentelor de origine vegetală	149
3. Pregătirea și coacerea pâinii	151
4. Conservarea alimentelor	152
XII. Principii generale de igienă și tratament în condiții deosebite	154
1. Reguli generale de igienă	154
2. Îngrijirea și primul ajutor în cazul diverselor îmbolnăviri și accidente	157
a) Îngrijirea și primul ajutor în caz de îmbolnăviri provocate de căldură	157
b) Îngrijirea și primul ajutor în caz de răniri și hemoragii	159
c) Îngrijirea și primul ajutor în caz de fracturi	162
d) Îngrijirea și primul ajutor în caz de arsuri	166
e) Îngrijirea și primul ajutor în caz de șocuri traumatice	168
f) Îngrijirea și primul ajutor în caz de asfixie	169
g) Îngrijirea și primul ajutor în caz de mușcături și înțepături veninoase	174
3. Urmările pe care le poate avea netratarea la timp a diferitelor afecțiuni corporale	176
XIII. Supraviețuirea în condiții deosebite	182
1. Supraviețuirea pe mare	182
2. Supraviețuirea în zona de litoral	186
3. Supraviețuirea în teren muntos	186
4. Supraviețuirea în mediul urban ostil	190
5. Supraviețuirea în condiții de prizonierat	191
Anexe	199

Redactor : Locot. col. HERMAN IOAN

Bun de tipar : 16.05.1970 Apărut : 1970

Hârtie scris tip I A de 80 g/m².

Format 700 x 1000/32. Coli de tipar 7 + 22 planșe
tipo. B268. C. 574

P.c. 6,50 lei

Tipografia militară M.F.A.